SFATURI GOSPODAREȘTI

LUCRAREA
A FOST ALCĂTUITĂ DE:

Prof. ANA POPESCU
Ing. MARCELA NISTOR
Ing. IOAN MIRCEA
Ing. VICTOR LĂZĂRESCU
Ing. ELEFTERIE ELEFTERIU
Dr. vet. IGOR SEVEREANU
Dr. V. PETRESCU COMAN
Dr. GH. GHEORGHE

Coperta şi ilustraţii: *N. Claudiu*

SFATURI GOSPODĂREȘTI

EDITURA AGRO-SILVICĂ
București

O locuință sănătoasă, curată, plăcută și confortabilă are o influență covîrșitoare asupra vieții cotidiene a familiei, asupra bunei dispoziții a celor care o locuiesc. Acest fapt cere să se acorde o atenție deosebită amenajării ei.

În condițiile actuale din țara noastră sporește mereu numărul locuințelor moderne, confortabile și frumoase. Desigur însă, că, aspectul plăcut al unei locuințe depinde în mare măsură și de modul cum sînt dispuse camerele, de orientarea lor față de punctele cardinale și mai ales de felul cum locatarii știu să-și aranjeze mobila, covoarele și celelalte accesorii.

O bună gospodină econoamă și ingenioasă va ști să-și facă oriunde un cămin plăcut, confortabil, fără cheltuieli prea mari.

CUM SĂ NE AMENAJĂM CAMERELE

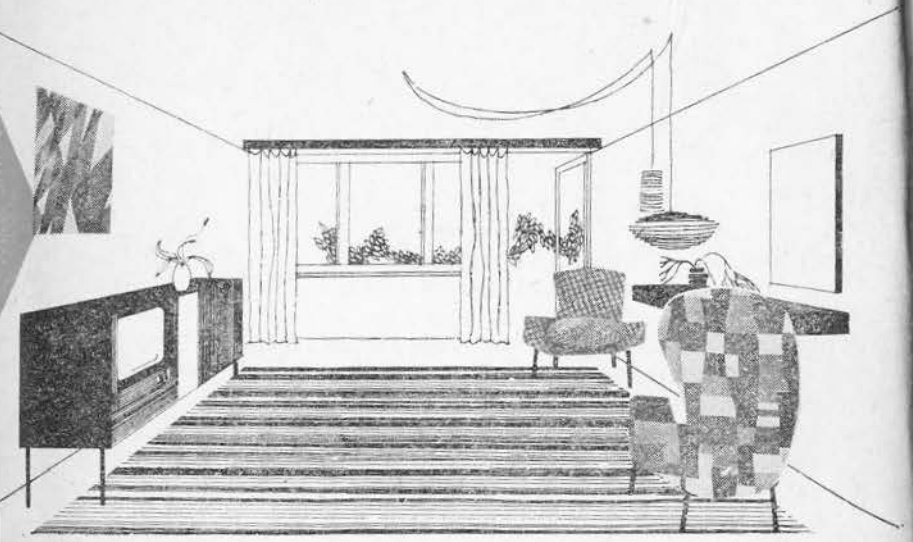
Interiorul unei locuințe influențează foarte mult caracterul și dispoziția celor care o locuiesc. Un confort agreabil înseamnă odihnă și odihna este elementul esențial în viața unui om care muncește.

Problema aranjării cu gust a locuinței nu-i de loc secundară. Alegerea culorilor și a mobilierului potrivit cu încăperea are o deosebită importanță și sînt totdeauna note de bun gust.

Aranjamentul cu gust al obiectelor trebuie completat cu o ordine perfectă în care fiecare lucru trebuie să-și aibă locul său, bine stabilit. Ordinea este un indiciu de disciplină morală și în același timp reprezintă o remarcabilă economie

de timp pentru că nu se pierd ceasuri întregi căutînd un obiect, necesar într-un anumit moment.

Alegerea mobilei este bine să se facă în funcție de mărimea camerei și în așa fel încît totul-să constituie un ansamblu armonios. Nu e bine să se adauge multe lucruri. Cu cît o



cameră este mai puțin încărcată, cu atît pare mai mare, mai luminoasă, mai elegantă.

Modul de distribuție a mobilierului într-o cameră depinde de locul pe care-l ocupă ușile și ferestrele.

Cît privește zugrăvirea pereților, aceasta trebuie făcută în culori deschise, pastel, care contribuie la luminozitatea camerei și dă o notă veselă interiorului. Culoarea crem este cea mai indicată și se potrivește cu orice culoare de mobilă.

Vestibulul. Vestibulul sau antreul unei case reprezintă o „introducere" în interiorul ei. Este simplu mobilat. Un cuier cu oglindă, o cutie pentru articole de toaletă (perii, pieptene etc.) și alta pentru așezat galoșii sau umbrelele, o măsuță cu o banchetă sau un scaun reprezintă mobilierul necesar unui vestibul. Perdeaua, covorașul, un ștergător lîngă

ușă și eventual un tablou pe perete, dacă e loc, reprezintă accesoriile unui vestibul.

Camera de zi sau sufrageria. Camera de zi sau sufrageria este camera unde se servește masa, unde se primesc musafirii și unde familia își duce unele activități de peste zi (scris, citit, lucru de mînă etc.). Această cameră se amenajează într-una din încăperile din imediata apropiere a vestibulului și a bucătăriei. Mobilarea ei se va face potrivit cu destinația pe care i-o dăm.

În camerele nu prea mari și înalte este bine să se aleagă un model mic de sufragerie. Masa, de formă pătrată, se poate lungi, la nevoie servind și ca masă de scris. Ea se așază astfel încît să nu stea în drumul celor care circulă prin cameră. În apropierea ei se așază bufetul astfel încît ambele mobile cu partea camerei care le cuprinde să dea impresia unei sufragerii complete. În bufet vom ține fețele de masă, șervetele, vesela. Dacă bufetul are vitrină cu geamuri de cristal, se așază în ea cele mai frumoase piese din veselă — un serviciu de cafea neagră, un serviciu de lichior etc.

Într-un alt colț al camerei se așază o canapea sau două fotolii, o măsuță joasă și o etajeră, gen bibliotecă, sau chiar un dulap bibliotecă, dacă spațiul îngăduie.

Tablourile, lampa, perdelele și covorul completează camera.

Cît privește culorile tapiseriei, a huselor (învelitorilor) și a covorului trebuie să fie sobre și bine armonizate. Cele mai indicate culori sînt roșu închis, albastru, auriu închis etc. Ele sînt foarte potrivite dacă nuanțele sînt bine alese. Cel mai indicat material pentru tapiseria camerei de zi este catifeaua sau mătasea groasă. Dacă se alege pentru îmbrăcămintea canapelei un creton cu flori sau alt material înflorat, se vor evita florile prea mari sau prea mult stilizate. Sînt de preferat buchete sau flori potrivit de mari pe un fond deschis.

Mobila îmbrăcată cu un material înflorat se potrivește cu un covor al cărui desen să fie cît mai simplu, iar perdelele vor fi cu o țesătură fără desen. Tablourile vor reprezenta flori sau peisaje din natură, iar lampa va fi mare, cu 4 — 6 brațe și abajururi colorate în nuanța predominantă a camerei.

Florile așezate în glastre sau în ghivece completează în mod plăcut decorul camerei de zi.

Dormitorul. Dormitorul se instalează, dacă e posibil, într-o cameră depărtată de vestibul pentru a se asigura liniștea necesară. Se alege o încăpere spațioasă, expusă la soare, cu ferestre mari prin care lumina și căldura să se reverse din plin. E bine ca dormitorului, peste zi, să nu i se dea nici o altă destinație. În felul acesta vom avea aici în permanență aer curat. Fiecare persoană care doarme în această cameră are nevoie de 20—30 m³ de aer (bărbatul consumă mai mult oxigen decît femeia, iar aceasta mai mult decît copilul) iată de ce dormitorul trebuie scutit de tot ce viciază aerul. Aici nu se usucă rufe și nu se păstrează rufele murdare. Nu este îngăduită nici păstrarea alimentelor.

Această cameră este un fel de sanctuar al familiei. Aici trebuie să domine simplitatea, ordinea și curățenia. Mobilierul necesar dormitorului este format dintr-un pat cu noptiere (sau un studio), un șifonier, o toaletă cu un taburet special, o masă și două scaune sau o măsuță scundă cu 2 fotolii și un suport pentru hainele de zi.

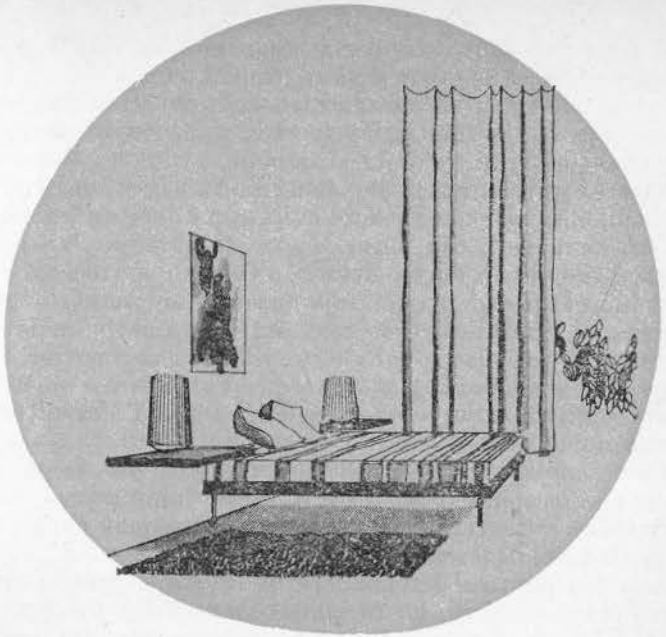
Modul de aranjare a mobilei variază după posibilitățile ce le oferă camera, adică după spațiu și după cum sînt dispuse ferestrele și ușa. Locul cel mai ferit de curent trebuie rezervat pentru instalarea patului, iar așezarea lui trebuie făcută în așa fel încît lumina să nu cadă în față celor care dorm.

Pentru tapiseria mobilei se vor folosi materiale cu flori mărunte, în culori deschise, care va da interiorului o notă caldă și veselă.

Perdelele, lampa, tabloul și covorul trebuie alese cu grijă ca să dea o notă de armonie încăperii. Lampa trebuie să fie simplă și cu abajururile din nuanța culorilor predominante ale camerei. Covorul va avea un desen cît mai simplu, iar tablourile vor reprezenta peisaje din natură. Perdelele pot fi înflorate și cu o țesătură mai compactă pentru a asigura o lumină potrivită unui somn odihnitor. Draperiile trebuie evitate întrucît ele formează adevărate depozite de praf.

Florile și plantele, în genere, nu-și au loc în această încăpere. Ele dăunează sănătății omului prin faptul că în timpul nopții consumă mult oxigen din atmosfera camerei și elimină bioxid de carbon.

În dormitor, curățenia zilnică trebuie făcută cu multă grijă. Deschiderea ferestrelor de dimineață îngăduie purificarea aerului, iar valul de lumină distruge microbii. Covoarele se scot afară, celelalte accesorii ale patului (plapuma,



cearceafuri etc.) se iau bucată cu bucată și se îndoiesc așezîndu-se pe două scaune puse față în față, lîngă fereastra deschisă. Pernele se scutură și se așază tot pe aceste scaune. Cît timp se aerisește garnitura patului, se curăță mobila.

Șifonierul și noptiera se șterg cu o cîrpă moale și apoi se țin deschise cît timp stă deschisă și fereastra.

Patul se șterge și el, salteaua se întoarce în fiecare dimineață. Cearceaful se așază în așa fel încît să cuprindă salteaua. Deasupra se așază plapuma iar patul se acoperă cu o cuvertură sau macat, dîndu-i astfel un aspect plăcut. O dată patul făcut, urmează măturarea camerei, așezatul covorului și ștersul prafului.

Camera copiilor. Pentru camera copiilor trebuie să se acorde o grijă deosebită. Se alege camera cea mai însorită și mai ferită de curent. Prin amenajarea ei se va căuta să se creeze o atmosferă veselă, plină de optimism care să contribuie la buna dezvoltare a copiilor. Camera copiilor va fi mobilată numai cu obiecte strict necesare confortului lor. Aici nu trebuie să existe nici un obiect de prisos. Trebuie

ținut seamă că pentru copii e necesar mult spațiu liber pentru ca aceștia să se miște și să se joace în voie.

Dulapurile trebuie să fie mari, încăpătoare, cu sertare suficiente, așezate la înălțimi potrivite, unde copiii să-și țină în ordine jucăriile, lenjeria și hainele.

Fiecare copil e bine să aibă patul lui. Nu e igienic să doarmă doi copii într-un pat. Trebuie evitate paturile cu saltele și somiere prea moi, sau paturile care se adîncesc la mijloc, deoarece ele pot produce o deviere a coloanei vertebrale lenevind funcțiunile organice, fapt care influențează negativ dezvoltarea copilului. Cele mai indicate sînt paturile tari și drepte, presagiile cu saltele umplute cu zegras (iarbă de mare) sau paie, pănușe de porumb etc. Patul tare e mult mai sănătos pentru copii căci înlesnește o bună dezvoltare a organismului.

Pentru copiii sugari, în cele dîntîi luni, se pun la pat perdeluțe spre a apăra vederea copilului de lumina prea mare. Ochiul nou-născutului trebuie acomodat numai puțin cîte puțin cu razele soarelui.

Masa sau pupitrul la care scriu și învață copiii trebuie să fie adaptată înălțimii lor în așa fel încît să nu determine o poziție defectuoasă a corpului și să provoace devieri ale coloanei vertebrale, inegalități ale înălțimii umerilor, o poziție strîmbă a capului sau a mîinii etc. Obiectele din camera copiilor e bine să aibă o linie dreaptă ca să se șteargă ușor de praf. În același timp mobilierul trebuie să fie și solid, să nu se spargă ușor, pentru a evita accidentele.

Perdelele vor fi subțiri ca să îngăduie pătrunderea nestingherită a luminii în cameră. Lampa va fi prevăzută cu un abajur care să asigure o lumină potrivită. Cuverturile, ca și lenjeria patului pot fi confecționate din materiale care se pot spăla ușor.

Întreținerea curată a camerei copiilor cere o atenție deosebită și o muncă de zi cu zi.

Baia. Baia ocupă de obicei o încăpere așezată lîngă dormitor. Este prevăzută cu o cadă, cu instalație de apă curentă și cu duș sau numai cu duș. Mai are un lavoar bideu și un W.C. Acesta din urmă poate să lipsească din baie fiind instalat într-o încăpere separată.

Deasupra lavoarului se așază o etajeră pentru diverse articole de toaletă și o oglindă. Din baie nu trebuie să lip-

sească un dulăpior pentru medicamente de prim ajutor și un cuier. În dreptul băii se așază un grătar, acoperit cu un covoraș din material plastic.

Pereții camerei din baie sînt vopsiți în ulei sau prevăzuți cu plăci de faianță. Huma absoarbe apa și pereții sînt mereu umezi.

Pardoseala se face din ciment și cu sifon de scurgere.

Pe lîngă acestea e necesar să se asigure un sistem de aerisire în bune condiții dacă nu există o fereastră cu aerisire directă.

Lampa se instalează pe tavan sau deasupra oglinzii. Uneori există amîndouă. Becurile sînt introduse în globuri din sticlă opale sau mate pentru a fi protejate de umezeală.

În casele unde lipsește baia, dar există instalații de apă și canalizare, se instalează o chiuvetă lavoar care se împrejmuiește cu un paravan, cu o perdea albă, creton colorat sau înflorat. Aceasta asigură un aspect frumos camerei și în același timp condiții de spălare în voie.

Întreținerea băii se face cu migală și răbdare ca să se poată asigura condiții optime de igienă. Cada, bideul, W.C.-ul și lavoarul se spală zilnic cu sodă sau cu praf de curățat, apoi se șterg bine cu o cîrpă pînă capătă un luciu frumos.

Zilnic se șterg pereții și pardoseala, apoi se aerisește bine. De altfel o parte a ferestrei este bine să rămînă deschisă toată ziua, în timpul verii, iar în timpul iernii întredeschisă din cînd în cînd.

Cînd se folosește lavoarul, se varsă apa din lighean într-o găleată care se varsă la canal. Ligheanul trebuie curățat și șters, ca și întreaga garnitură a lavoarului.

Buretele nou se bate cu un bețișor ca să iasă nisipul ce conține. Buretele din material plastic se spală cu săpun.

Curățirea zilnică a buretelui se face cu apă și săpun, iar din cînd în cînd cu sodă sau apă în care s-au pus cîteva picături de amoniac. Se limpezește, apoi se usucă la aer. Dacă are miros neplăcut se lasă cîteva ore în oțet, după care se limpezește cu apă fierbinte și se usucă.

Peria de dinți se spală cu apă fiartă și săpun, apoi se limpezește bine și se usucă la soare.

Pieptenele se curăță trecînd printre dinți un fir de ață sau frecîndu-l cu o perie aspră. Se spală apoi cu apă caldă și săpun.

Peria de cap se freacă în fiecare dimineață cu un petec de hîrtie albă sau pînză. Din cînd în cînd se înmoaie numai părul în apă caldă săpunită, amestecată cu puțin amoniac și un bob de sodă. Amoniacul întărește firul de păr al periei.

Prosoapele se întind la uscat.

Cînd toate accesoriile s-au curățat, lavoarul se șterge încă o dată și apoi se acoperă cu o învelitoare mare, curată, anume făcută.

Baia generală se face în cadă, care este prevăzută cu un sistem pentru scurgerea apei, cu robinete pentru apă caldă și rece și cu un duș fix sau de mînă.

Acolo unde nu există instalații speciale pentru baie, se folosește o cadă din zinc care se poate instala într-un colț al bucătăriei. După fiecare baie, cada se golește imediat de apă ca să nu se așeze murdăria pe pereții ei. După ce se spală se șterge cu benzină ca să poată face baie alt membru al familiei.

Pentru copii se așterne pe fundul căzii o pătură de lînă albă înainte de a se da drumul apei.

Pentru persoanele sănătoase baia constituie o precauție de curățenie și igienă, iar pentru bolnavi este o necesitate imperioasă. Astăzi, gradul de civilizație a unui popor se măsoară și după cantitatea de săpun întrebuințată.

Unele persoane pun în baie scrobeală sau tărîțe pentru a netezi pielea de asperități, floare de tei pentru a calma, levănțică pentru parfum, lapte de migdale — ca substanță lanică etc. E bine ca aceste substanțe să se pună în apa de clătit adică, după o baie de curățenie, se schimbă apa și în această apă se pun substanțele dorite. Durata unei astfel de băi nu trebuie să treacă de $^1/_4$ oră. De altfel nici o baie nu trebuie să depășească 20 de minute.

După fiecare baie caldă se recomandă un duș călduț pînă la rece, pentru ca organismul să nu sufere consecințele schimbării de temperatură din afară. Acum pielea funcționează bine înlesnind ieșirea prin pori a sudorii prin care se elimină multe substanțe toxice pentru organism.

După baie se șterge corpul cu un cearceaf special pentru baie, sau cu un prosop mai mare, după care se face o fricțiune cu un prosop lung și mai îngust.

După ce s-a curățat bine cada, se aerisește bine încăperea.

Bucătăria este locul unde gospodina își petrece o bună parte din timpul său. Prin destinația care o are — laborator culinar — această încăpere cere o grijă deosebită în ceea ce privește curățenia și ordinea.

Curățenia în care se ține bucătăria poartă pecetea gospodinei. A ști că hrana zilnică se pregătește într-un loc desăvîrșit de curat, constituie pe lîngă o necesitate firească și o plăcere deosebită pentru orice membru al familiei.

Bucătăria trebuie să fie suficient de încălzită, luminoasă, aeristită și curată. O ventilație permanentă și fără neajunsuri pentru gospodină se poate asigura instalînd la un ochi de fereastră un dispozitiv special pentru a permite intrarea aerului din afară. Pereții bucătăriei se tapetează cu faianță sau se vopsesc în ulei. În felul acesta ei vor fi mai rezistenți la aburi și se vor curăța mai ușor.

Uneori pereții sînt spoiți cu var. Atunci, în dreptul sobei și al chiuvetei — locuri expuse a se murdări repede — pereții trebuie să se îmbrace în cîteva bucăți de pînză albă, frumos cusute sau cu hîrtie albă, care vor fi mereu curate.

Pardoseala e bine să fie din ciment sau mozaic, întrucît se curăță ușor. Peste ele însă e bine să se pună preșuri sau rogojini ca să fie mai călduroase. Cele mai sănătoase podele sînt cele din scînduri, însă acestea sînt mai greu de întreținut.

Ca să muncească cu plăcere și munca ei să fie spornică, gospodina își va organiza astfel spațiul destinat gătitului, încît să aibă cele ncesare la îndemînă, așezate cu rost. Mașina de gătit, care este obiectul principal al bucătăriei, poate fi făcută din cărămidă sau din tablă, deasupra cu o plită din fontă. Mașina de tablă trebuie căptușită pe dinăuntru cu cărămidă refractară, pentru a nu se încinge prea tare și pentru a păstra cît mai mult timp căldura. Ca să aibă tiraj, burlanele mașinii trebuie să fie bine încheiate, să aibă coturile rotunjite, iar capătul din afară să fie prevăzut cu o căciulă care să împiedice ploaia să se prelingă pe coș și să micșoreze intensitatea vîntului (acesta poate da fumul înapoi).

Pentru aprinderea focului e bine să se pregătească din vreme, într-o cutie, o provizie de surcele și lemne subțiri și uscate. Nu trebuie să se aprindă focul cu benzină pentru că e foarte periculos. Multe nenorociri s-au întîmplat din această cauză.

După ce lemnele au ars, jeraticul se poate păstra cîteva ore, dacă se acoperă bine cu cenușă și se închid portițele mașinii.

Zilnic, după ce s-a terminat de gătit, mașina se curăță, iar cenușa se scoate și se păstrează la un loc uscat. Ea poate fi folosită la curățirea vaselor, la prepararea leșiei și ca îngrășămînt pentru grădină.

Burlanele se curăță de funingine în fiecare lună.

Lampa de gătit cu petrol este de mare ajutor în gospodărie, acolo unde se folosește mașina de gătit cu lemne, întrucît la ea se poate încălzi puțină apă, se face un ceai sau o cafea, se fierbe laptele, se gătește un fel de mîncare și altele care constituie nu numai o economie de lemne dar și o economie de timp.

Lampa se umple cu petrol numai înainte de aprindere. Ca să nu fileze, la cîteva zile fitilul se curăță de cărbunele format la partea de deasupra cu o hîrtie ușor mototolită. O dată sau de două ori pe lună se curăță rezervorul de petrol, aruncînd resturile dinăuntru, apoi se limpezește cu petrol curat și numai după aceasta se umple din nou rezervorul.

Dacă flacăra arde cu colțuri, se trage fitilul în jos și partea neegală, rămasă în afară, se arde cu un fier înroșit în foc. Ca să ardă fără fum, fitilul, înainte de a fi pus în lampă, se ține cîteva ore în oțet tare, apoi se usucă.

În lipsă de fitil nou, cel vechi, rămas scurt se mai poate folosi dacă se coase la capătul de jos o bucată de cîrpă de bumbac. Fitilul va fi astfel destul de lung ca să se îmbibe cu petrol.

Mașina de gătit „aragaz" începe să înlocuiască tot mai mult mașina de gătit cu lemne. Ea are avantajul că se aprinde în orice moment cu ușurință, iar flacăra se poate regla pentru a da o căldură constantă. Trebuie avut însă mare grijă, ca după ce s-a stins flacăra, robinetul ochiului respectiv să fie bine închis și de asemenea robinetul buteliei de aragaz, care de altfel se închide primul. În această privință nici o măsură de precauție nu este exagerată. Dacă se simte miros de gaze în bucătărie, fapt care indică o pierdere de gaze, se vor deschide imediat ușile și ferestrele și se va face curent pentru ca să iasă gazele. Acestea fiind mai grele decît aerul se lasă în jos. Se vor controla robinetele dacă sînt închise și după ce bucătăria s-a aerisit bine, se va controla tubul de cauciuc pentru a vedea dacă nu s-a spart. Pentru aceasta vom trece un chibrit în lungul lui, deschizînd robinetul buteliei. În locul unde tubul este găurit ia naștere o flacără care se stinge imediat ce s-a închis robinetul buteliei.

Nu este indicat să se lase mîncarea pe aragazul aprins cînd nu este nimeni acasă. Se poate ca mîncarea să se ardă sau să dea în foc și aragazul să se stingă. Gazele vor continua însă să iasă provocînd la cea mai mică neatenție grave accidente.

Cînd se dă foc la aragaz, întîi se deschide robinetul buteliei, apoi se aprinde chibritul și se apropie de ochiul care trebuie folosit. Cu mîna cealaltă se deschide robinetul respectiv.

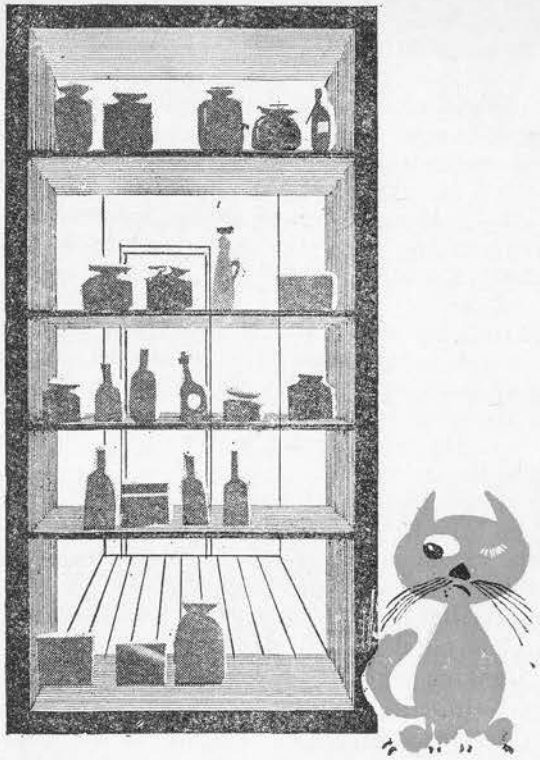
Pe lîngă mașina de gătit, în bucătărie sînt necesare: o masă și cîteva scaune, un dulap cu sertare, în care se vor păstra la adăpost de praf și de muște vasele și toate ustensilele de bucătărie, un cuier pentru cîrpe și un spălător de vase. De mult ajutor pentru gospodină sînt ceasul și cîntarul.

Masa va fi, dacă e posibil, acoperită cu tablă galvanizată, cu gresii, cu faianță sau cu marmură care sînt ușor de întreținut. Nu se recomandă mușamaua, care se taie și se strică dacă se pune un vas fierbinte. Este preferabil să se lase masa goală, lemnul fiind rezistent și ușor de întreținut.

În bucătăria cu instalație de apă curentă, spălătorul de vase este legat cu canalul de scurgere. El este format din două compartimente.

În lipsa acestor posibilități, gospodina va căuta să aibă în bucătărie două lighene, unul pentru spălat și altul pentru limpezit vasele.

În bucătărie nu pot lipsi ustensile cum sînt mașina de tocat carne, mașina de rîșnit nuci, piper, apoi răzătoarea, piulița, diferite funduri din lemn pentru carne, zarzavat, pîine etc., planșeta pentru aluat, site strecurătoare de ceai, de supă, de macaroane, satîrul, cuțitele, lingurile de lemn, cîteva castroane, ceaunul pentru mămăligă, cîteva oale de diferite mărimi, cratițe, tigăi etc. Nu trebuie să lipsească vasele de sticlă, rezistente la foc care sînt foarte practice deoarece în ele se poate servi mîncarea la masă. Sînt des folosite pentru budinci, musacale și orice mîncare pregătită la cuptor.



Fără mobilierul și ustensilele enumerate, gospodina nu-și poate organiza cu rost munca sa.

Cămara se amenajează într-o încăpere mică unde se păstrează diverse alimente și uneori anumite mîncăruri. Aceasta e bine să aibă aerisire directă printr-o fereastră prevăzută la exterior cu o pînză metalică care împiedică pătrunderea mușteloi, șoarecilor, pisicilor etc. Pereții, în partea inferioară, se tapetează cu faianță sau se vopsesc cu ulei, iar podelele se fac din ciment, mozaic sau cărămidă.

Unul din pereții mai mari trebuie prevăzut cu rafturi tapetate cu hîrtie albă (ziarul imprimă alimentelor mirosul cernelei de tipar). Pe rafturile de deasupra se țin sticle

cu diverse băuturi și borcane cu dulceață sau cu produse alimentare care nu se folosesc zilnic. Pe rafturile de mai jos se țin cutiile sau borcanele cu zahăr, cafea, lapte praf, piper etc. Zahărul cubic și pastele făinoase se țin în cutii de tablă cu capace perforate.

Pe pereții laterali se așază dulapuri cu pereții din pînză de sîrmă în care se ține untul, brînza, cărnurile afumate etc. În alt dulăpior, la fel construit, se țin cîrpele de bucătărie, șervețele de mînă, șorțurile etc. Dacă spațiul îngăduie, în cămară se așază și frigiderul pentru păstrat la rece băuturile și mîncărurile în timpul verii. În lipsa frigiderului se folosește un dulăpior cu pereții de pînză de sîrmă și cu rafturi. Aici se poate păstra bine carnea, fructele etc. Pîinea se păstrează tot în cămară într-o cutie sau într-o pungă de material plastic, care se aerisește din cînd în cînd.

În timpul iernii, în cămară se pot păstra separat în cutii de lemn, legume și zarzavaturi așezate în nisip. Sub rafturi se țin borcanele cu murături, iar pe rafturi se pun borcanele cu diferite conserve.

ANEXELE GOSPODĂRIEI

Dependințele sînt anexele gospodăriei: podul, pivnița și W.C.-ul. Ele sînt piese de strictă necesitate oricărei locuințe.

Podul casei este o dependință care trebuie ținută curată. Faptul că în această încăpere se pun fel de fel de lucruri și că uneori ține loc de odaie debara nu îndreptățește neglijarea unei curățenii exemplare. Dacă podeaua este de scîndură, aceasta se va curăța și se va spăla la nevoie, iar dacă este de pămînt, podeaua se va lipi cel puțin o dată pe an.

Amenajarea spațiului podului este o necesitate de prim ordin. Aici se pot păstra peste iarnă mălaiul, grîul, fasolea, nucile etc. Tot aici se instalează etajere și suporturi pentru păstrat merele, perele, strugurii etc.

În cazul cînd această încăpere înlocuiește odaia de debara e bine ca ea să fie împărțită în mai multe compartimente, prin paravane mobile sau fixe. În diferitele despărțituri se așază: mobilele care n-au loc în casă, cuferele, geamantanele etc., în alt compartiment se ține rezerva de săpun de rufe, soda, scrobeala, diverse cîrpe pentru curățenie, mături, perii etc.

Într-unul din compartimente se pot păstra: îmbrăcămintea de sezon așezată cu naftalină în lăzi, coșuri mari de paie sau în dulapuri. Aerisirea podului se va face destul de des în timpul iernii, iar în timpul verii, geamurile vor fi permanent deschise.

Pivnița. În gospodăriile mari se construiesc două și chiar trei pivnițe. Una pentru vin, alta pentru provizii de legume, zarzavaturi și fructe, iar a treia pentru lemne și cărbuni. În nici un caz vinurile și legumele nu trebuie să stea la un loc.

Pivnița trebuie să aibă o adîncime de cel puțin 2 m de la nivelul solului spre a avea o temperatură permanentă de 8—10°. Pentru menținerea acestei temperaturi, pivnița se rînduiește totdeauna în partea dinspre nord a locuinței. În lipsa acestei posibilități trebuie ca cel puțin ferestrele să aibă această aerisire. Iarna, pe geruri mari, se înfundă ferestrele cu saci sau cu paie, ca să nu înghețe proviziile. Pereții se spoiesc cu var, iar pe jos se pune nisip ca să mențină căldura în timpul iernii și să apere pivnița de umezeală. Pivnița destinată vinurilor trebuie să fie cît mai departe de drum, pentru că zdruncinăturile de pe stradă produse de vehicule dăunează vinurilor. Butoaiele se păstrează bine așezate pe căpătîie sau pe piedestale. Sticlele se așază cu gura în jos îngropate în nisip. Sticlele goale se păstrează în rafturi așezate pe lîngă pereți.

În pivnița de legume e bine să fie un strat de nisip gros de ½ m așezat pe lîngă unul din pereți. Ferestrele vor sta permanent deschise în timpul verii ca să se îndepărteze mirosul specific legumelor.

Pentru eliminarea umezelii din pivniță se pune pe jos în timpul verii, un strat de var nestins. Cînd varul s-a umezit bine se stringe și se înlocuiește cu altul bine uscat. Operațiunea se repetă pînă varul se poate păstra nealterat cîtva timp.

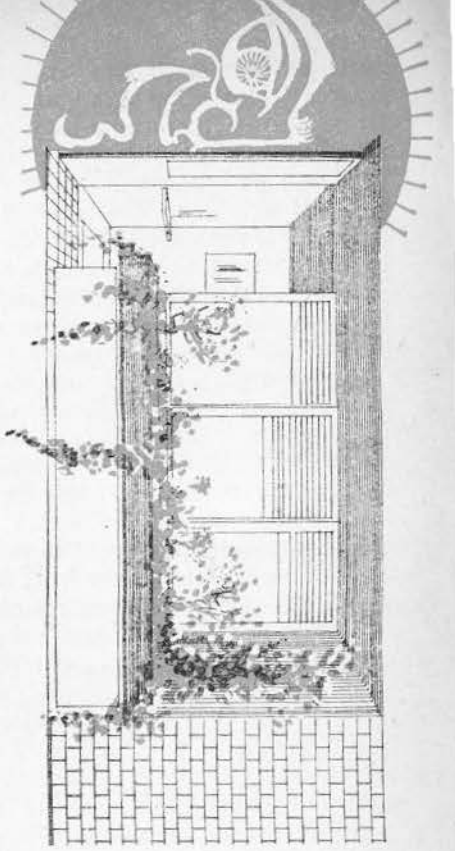
Toamna și primăvara se face curățenie generală.

W.C-ul cere o igienă perfectă, deoarece constituie un puternic focar de infecție.

Pereții W.C.-ului, în partea de jos, pe o înălțime de un metru, e bine să fie căptușiți cu faianță sau vopsite cu ulei. La W.C.-urile construite în afara locuinței, pereții se spoiesc cu var. Fereastra este absolut indispensabilă și se va ține toată vara deschisă, iar partea exterioară va fi prevăzută cu o pînză de sîrmă ca să nu pătrundă mușteie. Pardoseala se face din ciment sau cărămidă. Podelele din lemn nu sînt

indicate, oricît de curat s-ar ține deoarece se imbibă cu un miros specific, neplăcut.

BALCONUL SAU CEARDACUL



Acestea formează podoaba unei case și reprezintă locul de odihnă cel mai plăcut.

Ele pot deveni locuri plăcute și confortabile numai dacă sînt bine amenajate și dacă se înlătură de pe cuprinsul lor toate vechiturile pe care le ținem de obicei aici. O canapea sau o bancă, cîteva taburete, o măsuță joasă din lemn vopsit sau din paie și un vas mare din pămînt, plin mereu cu flori de sezon și așezat pe masă vor da un aspect plăcut ceardacului sau balconului. Pereții pot fi decorați cu stinghii din lemn așezate drept sau în formă de grătar cu suporturi pentru flori sau numai cu etajere pe care se așază ghivece cu flori. Pe marginea ceardacului sau a balconului se pot pune cutii din lemn, vopsite, pline cu flori divers colorate și plăcut mirositoare care vor întregi decorul.

LUMINA ÎN LOCUINȚĂ

Lumina ca și aerul constituie într-o locuință elemente principale ale salubrității imobilului. O casă lipsită de lumină „cheamă" doctorul. Mulți agenți patogeni sînt distruși de lumina și căldura soarelui. E bine ca cel puțin 4 ore pe zi să pătrundă adînc soarele în casă. Lipsa de lumină e prielnică microbilor care se dezvoltă

nestingheriți în buna tovărășie a prafului. Și acest praf e „condimentul" nepoftit al alimentelor și nedoritul musafir al căilor respiratorii. Întunericul slăbește organismul și aduce feței o paloare ce dă imaginea unei flori ofilite.

O față pe care surîde soarele este veșnic dispusă, vioaie, și sănătoasă. Una din celebrele piese ale marelui Ibsen se încheie cu vorbele: „Mamă dă-mi soare" și aceasta nu este numai o figură de stil. Soarele e viața însăși. De aceea, e bine să știm să folosim lumina naturală, așezînd-o în așa fel încît să bată lateral pe masa de lucru. Lumina venită din stînga este cea mai indicată.

În condițiile de azi lumina electrică a cuprins aproape întreg teritoriul țării, luminînd satele cele mai îndepărtate. De aceea în interior se pot face jocuri frumoase de lumină, cu mijloace care stau la îndemîna oricui.

Un bec puternic, vîrît într-un vas de flori, va arunca razele în sus împrăștiind în cameră o lumină plăcută. O lampă mică așezată după un acvariu sau un bec așezat într-un ungher de unde luminează un vas frumos de flori în care s-au pus cîteva plante verzi, vor avea un efect deosebit.

E bine de reținut că este necesar ca becurile să se șteargă cît mai des de praf și că nu trebuie să se pună mîna umedă pe becuri aprinse, pe lămpi de metal sau pe comutatoare.

ÎNCĂLZIREA

Într-o locuință, căldura este tot așa de necesară ca și lumina.

Sistemele de încălzire pot fi locale (cu sobe) sau centrale (cu calorifer).

Indiferent de sistemul de încălzire folosit, el trebuie să satisfacă anumite cerințe:

— să nu vicieze aerul locuinței prin gaze ori praf;
— să asigure o primenire suficientă a aerului;
— să răspîndească în cameră căldură uniformă;
— să nu prezinte pericol de incendiu.

Întrucît sistemul de încălzire cu soba este cel mai răspîndit ne vom referi la tipurile de sobe și combustibilul folosit.

Sobele pot fi de zid, metal și teracotă.

— Sobele de zid avînd o suprafață plină de asperități, radiază multă căldură. Se încălzesc cu greu dar înmagazinînd căldură, o redau într-un timp îndelungat. Consumă mult combustibil din cauza capacității, însă dau căldură plăcută și uniformă.

— Sobele de metal încălzesc camera foarte repede însă, o dată cu focul stins, piere și căldura. Ca să menținem căldura, aceste sobe trebuie căptușite cu cărămizi subțiri. Pe sobă se ține în permanență un vas cu apă pentru vaporizarea atmosferei întrucît din cauza căldurii mari aerul se usucă repede, fapt care afectează căile respiratorii.

— Sobele de teracotă sînt superioare prin faptul că fiind smălțuite pe deasupra nu lasă să răspîndească gazele produse prin ardere. În rest, prezintă aceleași avantaje și inconveniente ca și cele de zid. Teracota de culoare închisă realizează mai multă căldură decît cele albe sau în culori deschise.

Sobele au rol important în primenirea aerului. Cu cît aerul cald e mai activ cu atît intră mai mult aer proaspăt de afară. Focul aprins accelerează primenire de aer.

Buna funcționare a sobelor depinde de tirajul coșului. Ele trebuie curățite des, întrucît funinginea ce se depune zilnic înfundă coșurile, le micșorează tirajul și le expun incendiului.

Cînd soba și ferestrele se țin prea mult închise oxigenul din cameră se reduce prin respirație și nu are putere să întrețină arderea focului, se slăbește presiunea aerului, și fumul se întoarce în casă, ca în zilele cu moină sau furtună. În aceste împrejurări se deschid larg ferestrele pentru a se stabili curentul de aer.

Cînd afară este ger, presiunea atmosferică crește și coșul „trage" bine, iar flacăra este vie. Cînd vremea este moale, pîcloasă presiunea atmosferică scade, focul se domolește și „tragerea" se face cu greutate. Un tiraj bun al coșului depinde de:

— cubajul lui care trebuie să fie adecuat față de volumul sobei. În condiții obișnuite coșul trebuie să aibă 7—8 m înălțime și lărgime potrivită, să asigure un cubaj suficient de aer cald care să poată forma o coloană lungă ce asigură și mărește tirajul;

— vatra sobei să fie în raport cu coșul, așa încît aerul necesar focului să traverseze vatra înainte de a pătrunde în coșul sobei. Cînd nu s-a stabilit o proporție bună între sobă

și coș, fumul se întoarce în casă la cel mai mic vînt. Pentru prevenirea acestui neajuns se strîmbă coșul în partea de sus. Cînd soba are burlane acestea nu trebuie să prezinte întorsături bruște, fapt care obligă gazele să-și schimbe prea repede direcția, domolindu-li-se viteza și prin aceasta micșorîndu-se tirajul. De aceea, e bine să se folosească coturi rotunjite și cît mai puține.

Nu este bine ca un singur coș să servească două sobe. Cînd se încălzește numai o sobă, aerul rece din soba alăturată scade temperatura gazelor, micșorează tirajul, iar fumul se întoarce în soba care a rămas neîncălzită invadînd camera respectivă.

Combustibilul folosit la încălzirea sobelor îl constituie lemnul, cărbunii și gazele naturale.

Lemnul arde cu ușurință, produce o flacără vie, deschisă fără să emane miros urît. Este foarte igienic pentru că nu degajă gaze în cameră.

Puterea calorică a lemnului, în genere, nu e prea mare. Ea variază după esența respectivă.

Stejarul dă cele mai multa calorii, după care urmează fagul și ulmul care dau și cea mai bună cenușă pentru leșie. După ele urmează esențele rășinoase. Esențele albe sînt ușoare și bune pentru aprins focul. Tot pentru aprins focul se pot folosi conurile rășinoase și uscăturile de viță de vie care dau o flacără puternică. Indiferent de esența folosită, lemnele se întrebuințează uscate. Cele verzi ard greu și dau căldură puțină.

Cărbunii de pămînt constituie un combustibil excelent avînd o putere calorică foarte mare. Calitatea lor depinde de vechime, adică de vîrsta lor. Ard foarte bine, dau căldură mare, însă scot fum gros, care depune multă funingine pe coș, face mult praf și dă un miros specific. De aceea, coșul trebuie scuturat des.

Gazele sînt combustibilul cel mai valoros. Ele dau calorii multe, sînt curate, ușor de mînuit și foarte ieftine. E necesar însă ca sobele să se adapteze pentru folosirea lor căptușind vatra cu cărămidă refractară. În felul acesta zidul sau teracota nu vor face crăpături. Gazele sînt periculoase dacă nu se ard în întregime sau nu se elimină bine. Modul de manipulare și măsurile de precauție sînt aceleași ca la aragaz.

PERDELE, COVOARE, ORNAMENTE

Perdelele, covoarele, tablourile și lămpile au o mare importanță în asigurarea unui interior plăcut.

Perdelele împodobesc ferestrele și ușile. O cameră fără perdele pare goală. Ele se fac de obicei din materiale speciale de transparență și culori diferite care variază după aspectul ce se urmărește a se da camerei.

Perdelele se pot face lungi pînă în dreptul pervazului, sau pînă aproape de podele. Ca să cadă frumos cu falduri bogate, perdeaua trebuie să fie largă, de 3 ori cît lățimea ferestrei. O perdea bogată, frumos aranjată dă un aspect elegant încăperii.

Pentru camera de dormit și camera copiilor se alege o țesătură înflorată care va da o notă veselă încăperii, iar

pentru camera de zi sau sufragerie se alege o țesătură simplă sau cu un desen geometric.

Pentru camerele întunecoase se va alege o țesătură simplă și foarte transparentă.

Pentru o cameră mansardată sînt indicate două perdeluțe mici de stambă în culori vii, cu dungi, cu carouri sau cu flori, sau din același material din care este făcută cuvertura.

Covoarele se întrebuințează pentru a păstra căldura, pentru a împiedica zgomotul pașilor, pentru a apăra podeaua și pentru a da locuinței un aspect mai plăcut, mai elegant. E bine ca atunci cînd se alege un covor să se țină seama de dimensiunile încăperii respective și de genul și culoarea tapiseriei mobilei. Trebuie să se știe că sub mobilele mari cum sînt patul, șifonierul etc. nu se pun covoare. Restul mobilei, mese, scaune, fotolii etc. se așază deasupra covorului.

În comerț se găsesc covoare persane lucrate de mînă sau de mașină. Cele mai frumoase însă rămîn scoarțele oltenești și caramaniurile.

Dacă spațiul este mic se vor așterne pe jos carpete mari. Ele au avantajul că se scutură ușor. Într-o cameră mare se va așterne un covor mare la mijloc sau două potrivit de mari. Covoarele mici într-o cameră mare, par sărăcăcioase, iar covoarele mari într-o cameră mică trebuie îndoite sau vîrîte sub mobilă, ceea ce este incomod și inestetic.

Pentru o cameră cu mobilă și tapiserie de culoare închisă se va alege un covor în nuanțe cît mai deschise și invers.

Lămpile constituie un accesoriu de seamă în decorul camerei, întrucît lumina ce o împrăștie influențează atît sănătatea ochilor cît și buna dispoziție. Atmosfera de intimitate și căldură care trebuie să domnească seara într-o cameră, depinde de intensitatea și de felul cum este distribuită lumina. O lumină albă, prea puternică obosește ochiul și dă lucrurilor o înfățișare aspră, iar atmosfera devine rece. Nici lumina prea mică nu este indicată. Ea obosește ochii și întunecă încăperea. Ca să se obțină o lumină convenabilă, se folosesc pe lîngă lampa de plafon, diverse lămpi cu picior, veioze sau aplice care se pot așeza în orice loc este nevoie. În felul acesta se obține o lumină îndestulătoare creînd zone de lumină diferite și o atmosferă plăcută.

Cît privește abajurele, acestea se aleg în culori deosebite pentru fiecare încăpere. Pentru camera de dormit sînt indicate culorile roz, crem și în general, culorile palide care dau o lumină caldă, iar pentru camera de zi și sufragerie se recomandă culorile verde și albastru care dau o lumină mai fastuoasă.

Deosebit de atrăgătoare sînt lămpile care, în loc de becuri obișnuite au becuri-lumînare. Ele se potrivesc oricărui gen de cameră.

Tablourile așezate cu gust întregesc decorul camerei. Alegerea lor trebuie făcută cu multă grijă, ca să fie potrivite cu încăperea în care se așază.

E bine să se renunțe la tablourile lucrate cu lînă colorată, sau pictate în culori violente care nu contribuie la estetica locuinței.

În ce privește portretele de familie este mai greu de hotărît întrucît ele reprezintă de obicei persoane de care locatarii sînt legați sufletește. Locul acestor fotografii este mai potrivit într-un album care să se poată răsfoi oricînd. Fotografiile rudelor de mult dispărute sau ale grupurilor de nuntași îngălbenite de timp, dau camerei un aspect demodat. Se vor păstra fotografiile expresive, portretele în peniță sau în ulei și din acestea se vor alege numai 2—3 încadrate în rame frumoase. Pentru încadrarea fotografiilor se folosesc mai mult ramele cu picior care pot fi așezate pe o etajeră, pe aparatul de radio, pe televizor, pe masă sau pe alte mobile.

Pentru picturi sînt indicate ramele aurite, sau cele platinate care imită aurul vechi sau bronzul.

Miniaturile (tablourile mici) se încadrează în rame aurii sau rame negre foarte late și foarte adînci.

Tablourile în culori deschise se încadrează în rame de culoare închisă, iar celor care reprezintă flori sau alte subiecte din natura moartă li se potrivesc rame aurite, ușor patinate.

Pentru fixarea tablourilor se folosesc cuie speciale care nu strică pereții. Aranjamentul pe pereți trebuie făcut cu grijă. Tablourile nu se așază spre colțuri, prea sus sau prea jos. Înălțimea la care se așază depinde de mărimea tabloului. Cele mari se așază mai sus, cînd un tablou mic se așază la înălțimea ochilor.

Un șir de desene în creion sau peniță, egale ca mărime, pot fi așezate unul după altul, la aceeași distanță, pe același

perete și la același nivel. Acest aranjament se potrivește cu o mobilă dreaptă și modernă, într-o încăpere mai joasă ca înălțime. Ele subliniază linia orizontală a unei mobile joase. Cînd se folosește acest gen de aranjament nu trebuie să se mai așeze și în altă parte a camerei un tablou de același fel, întrucît acesta va da impresia unui lucru rătăcit.

Cînd pe un perete există un motiv central care poate fi format de un tablou mare, o aplică, o etajeră etc., tablourile se așază astfel încît motivul central să fie încadrat de o serie de elemente simetrice. Mobila care se așază sub tablouri nu trebuie să strice simetria creată.

Cînd se agață un tablou pe un perete nu este indicat să se fixeze dintr-o dată locul, ci este bine să se apeleze la o altă persoană care să țină tabloul în mai multe puncte ale camerei la înălțime și luminozități diferite. În același timp o altă persoană studiază efectul și felul cum se potrivește în ansamblul general al camerei. Numai după ce s-a stabilit locul cel mai potrivit se fixează definitiv tabloul pe perete.

Sfaturi practice:

— Instalată de curînd într-o locuință situată într-un loc nou, gospodina se va informa despre toate cele ce îi trebuie: de unde se poate aproviziona, ce mijloace de transport sînt, unde se află poșta, farmacia, dispensarul etc. Aceste amănunte îi sînt necesare la calcularea și împărțirea timpului de lucru în gospodărie, precum și pentru orientare în diverse împrejurări.

— O gospodărie completă, civilizată și atrăgătoare se realizează cînd locuința cu toate anexele ei arată un gust ales, cînd în pragul ei își întinde florile un pom fructifer, iar în grădiniță se găsesc cîteva răzoare cu flori.

— Un interior de gust este mai îmbietor și mai prietenos decît orice vorbă de bună primire. În aceasta stă originalitatea și distincția gospodinei.

— Orice gospodărie trebuie să aibă o bibliotecă, dar trebuie să se știe că zice o vorbă din bătrîni : „Cartea este un capital care trebuie să circule, nu să lîncezească. Dobînda ei este un spor de bucurie care se capătă atunci cînd se împrumută o carte bună cuiva. E cum s-ar zice, ca o prietenă, un sfat, o experiență omenească pe care o pui bucuros

la îndemîna semenului tău". O bibliotecă necitită este bibliomanie stearpă. De ce să ținem comori ascunse și să nu le folosim?

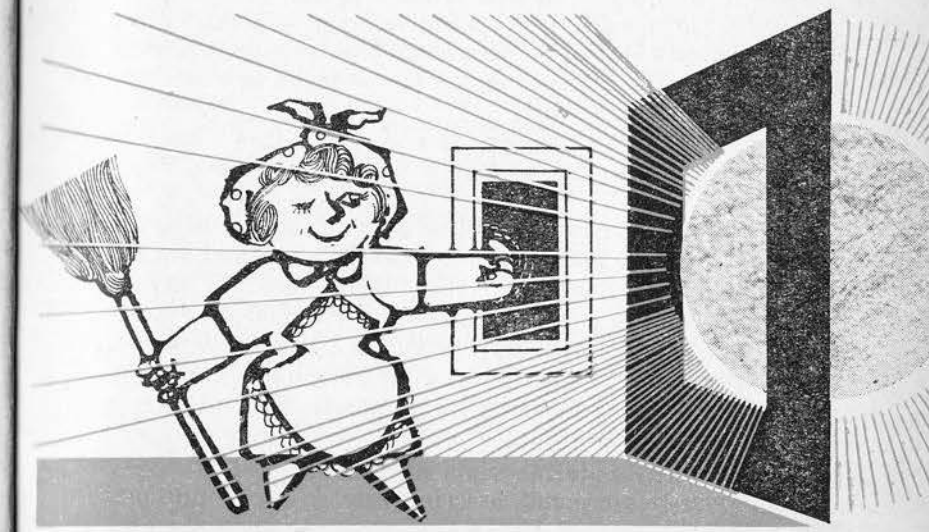
— În camera copiilor, cînd aceștia sînt mici și încep să mîzgălească, e bine ca pereții, în partea de jos, să fie prevăzuți cu peredeluțe cam de 1,50 m de jur împrejur. Aceste perdele se spală ușor și păstrează pereții curați.

IGIENA LOCUINȚEI

Prin igienă se înțelege curățenie, lumină, aer și tot ce creează condiții optime într-o locuință pentru păstrarea sănătății omului.

Aerisirea. Aerisirea locuinței este una din măsurile importante cerute de igiena unei case.

Un aer neprimenit aduce anemie, care la rîndul ei slăbește rezistența fizică și morală a omului. Într-un mediu cu aer viciat, își găsesc teren de bună dezvoltare feluriți microbi. Pentru aceste motive gospodina trebuie să ia măsuri ca aerisirea camerelor să se facă zilnic, dimineața, cînd aerul este mai curat și cînd se aerisesc și așternuturile, iar peste zi aerisirea se va face parțial adică pe camere. De exemplu: camera de dormit se va aerisi după somnul de după amiază, camera de zi și sufrageria, unde se fumează se va aerisi de



cîte ori este nevoie. Cît privește camera copiilor aceasta, fără alte motive, se va aerisi des ca să asigure copiilor un aer bun de respirat. Cămara, baia și W.C. vor fi prevăzute cu o ventilație permanentă.

Nu trebuie să se uite aerisirea locuinței seara, după terminarea activității generale. Nu este bine să se păstreze peste noapte un aer viciat în camere, întrucît acesta e asociat totdeauna cu un miros greu care se impregnează în tapițeria mobilei, în așternuturi, perdele etc. care imprimă casei un miros specific. Zadarnic va încerca gospodina să parfumeze atmosfera peste zi, acest iz al neaerisirii se va resimți oricum.

Zugrăveala. Problema zugrăvelii într-o locuință este deosebit de importantă atît din punct de vedere igienic cît și estetic. Din punct de vedere igienic zugrăveala contribuie la curățenia și dezinfecția camerelor, iar din punct de vedere estetic constituie cadrul principal în prezentarea atrăgătoare a unei camere. Acest din urmă aspect trebuie să-l rețină gospodina cînd alege culorile pentru executarea zugrăvelii. Cea mai rezistentă și mai potivită culoare pentru zgrăvirea pereților din interiorul locuinței este bejul de diferite nuanțe. Această culoare se asortează cu orice fel de mobilă și poate fi folosită într-o singură nuanță sau stropită cu o nuanță mai închisă de bej sau cu bronz argintiu. În mod obișnuit tavanul se face alb. Liniuța dintre tavan și pereți, adică „dunga" se poate stabili pe pereți mai jos de muchia făcută de tavan și pereți, chiar pe muchie sau pe tavan la o oarecare distanță de această muchie.

Pentru zugrăveli se pot alege și alte culori, însă e bine ca ele să fie pastel: bleu deschis spre cenușiu, roz deschis, verde oliv etc.

Sînt de preferat culorile deschise întrucît încăperile cu zugrăveli deschise par mai luminoase, mai mari și mai înalte.

Spoirea cu var a pereților trebuie făcută des. Ca să i se prelungească durata i se adaugă ca fixativ silicat de potasă, gelatină sau piatră acră, în proporție de 1 kg la 10 l apă. Sarea de bucătărie, adăugată în apa de var pînă la saturație, nu lasă varul să se cojească de pe pereți. Spoitul cu var hidraulic este foarte durabil.

În casele vechi unde tencuiala nu mai este netedă zugrăveala nu reușește din punct de vedere estetic. Aici e mult mai

bine să se văruiască pereții. În felul acesta camerele devin mai luminoase și mai curate.

Culorile deschise, prin luminozitatea lor au o acțiune odihnitoare, calmantă, influențînd în mod pozitiv dispoziția generală.

Igrasia și combaterea ei. Igrasia face locuința insalubră, compromite sănătatea omului și strică mobilele, hainele și alimentele. Cauzele care determină apariția igrasiei sînt diferite.

Așezarea unei locuințe pe pămînt argilos impermeabil, fără alte posibilități de scurgere a apei favorizează impregnarea cărămizii cu apă, fapt care duce la apariția igrasiei. De asemenea, prezența rîurilor sau a lacurilor în vecinătatea casei favorizează întreținerea umezelii. Arborii care se sprijină pe casă și plantele ornamentale care se întind ca o plasă pe fațada casei împiedică evaporarea apei după ploi, fapt care întreține pereții umezi. E greu să-ți imaginezi că unei fațade împodobită cu verdeață, care-i dă un aspect așa de frumos casei, îi corespunde o igrasie dezastruoasă.

Orientarea locuinței față de punctele cardinale influențează puternic apariția igrasiei. O casă așezată cu fațada spre apus este izbită de ploi și deci expusă umezelii. O sursă de menținere și chiar de determinare a apariției umezelii este felul acoperișului și defectuozitatea burlanelor care lasă să se scurgă apa pe pereți.

E bine ca la construcția unei case să se țină seamă de toate posibilitățile ce favorizează apariția igrasiei. Măsurile de prevenire sînt absolut necesare întrucît umezeala este cel mai neîmpăcat dușman al sănătății omului și distrugătoarea iremediabilă a lucrurilor din casă. Consecințele ei fatale sînt guta, reumatismul, bolile de ochi etc.

Într-o casă, prezența igrasiei se recunoaște prin umezeala pereților în partea inferioară, căderea vopselei, a varului sau a zugrăvelii, miros de mucegai, un frig specific, pătrunzător, pete închise pe pereți, pe tavan și pe dulapuri și prin putrezirea pardoselii.

O dată instalată, igrasia se scoate foarte greu. Iată cîteva mijloace de îndepărtare a umezelii:

— pe pardoseala atacată de igrasie se așază un strat de cîțiva cm de pulbere de var nestins sau cărbuni. Atît mirosul de mucegai cît și umezeala dispar complet pentru cîțiva ani;

— dacă igrasia este întinsă se înlocuiește pardoseala punîndu-se sub podeaua nouă un strat de cărbuni ori smoală, amestecată cu rumeguș de lemn.

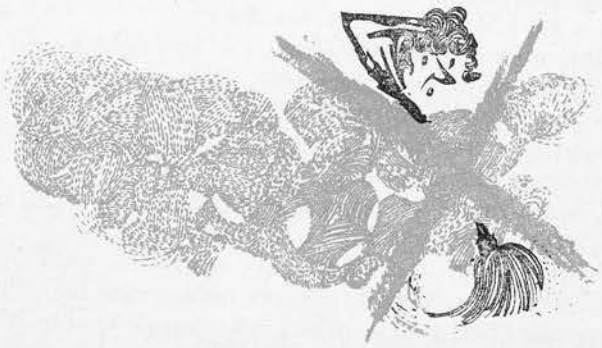
La clădirile vechi unde igrasia a cuprins pereții se scoate tencuiala umedă. Cu ajutorul unei lămpi sau a unui radiant se usucă pereții și se îmbibă cu o soluție fierbinte făcută din ulei de in, rășină, oxid de plumb, cărămizi și parafină. Apoi se tencuiește locul curățit.

Dacă igrasia a pătruns și cărămida zidului se înlocuiesc toate cărămizile umede.

În prezent se folosesc și alte produse de izolarea pereților atacați de igrasie. Aceste lucrări fac obiectul unei ramuri speciale în domeniul construcțiilor.

Curățenia. Curățenia în locuință se face zilnic, săptămînal și pe sezon.

Zilnic gospodina scutură și curăță camerele în care ai casei stau mai mult. Se începe cu încăperile ce se folosesc mai de dimineață cum este camera de zi și sufrageria, lăsînd camerei copiilor și dormitorului timp suficient pentru aerisire. Hainele și mobilele se acoperă ca să fie ferite de praf. Ferestrele se deschid larg și se curăță sobele. Covoarele se scutură afară. Tot ce se poate lua ușor din loc se mișcă în timpul curățeniei. Măturatul se face cu multă grijă ca să nu se ridice praful. Mătura se udă și se scutură bine. Stropitul pe jos nu este recomandabil deoarece ridică praful și murdărește podeaua. După ce s-au măturat podelele, se curăță obiectele și mobilele de praf, folosindu-se o cîrpă moale, care se scutură mereu. Petele de pe mobilă se șterg cu o hîrtie curată.



La o oră după terminarea curățeniei se închid și ferestrele.

Curățenia săptămînală completează pe cea zilnică prin faptul că curățirea podelelor, scuturatul covoarelor mari, spălatul geamurilor, curățatul burlanelor nu se face zilnic. Aceste operații făcute în fiecare săptămînă, în casele cu activitate intensă, sau lunar în casele cu familii mai puțin numeroase, mențin o curățenie permanentă în interiorul locuinței.

Curățenia de sezon se face primăvara și toamna și are un caracter general. Toate dependințele și anexele exterioare ale locuinței sînt cuprinse în această curățenie. Cu acest prilej se scot mobilele afară, hainele, saltelele, somierele, perdelele, tablourile și tot ce se găsește în casă. Se șterg pereții cu peria lungă, se scutură bine praful de pe dulapuri, se schimbă hîrtia din dulapurile sufrageriei, după ce rafturile s-au șters de praf și s-au spălat. Porțelanurile și sticlăria din dulapuri se spală și se șterg. Sobele se curăță și se spală iar coșurile se mătură. Ustensilele ce servesc la făcut focul se freacă și se ung cu grăsime punîndu-se în pod pînă toamna cînd se coboară iar. Ușile și pervazurile ferestrelor se spală cu apă de tărîțe. Nu se folosește săpunul pentru că acesta, cu timpul, strică vopseaua. Tablourile se șterg, se curăță de pete, li se schimbă sforile cu care sînt legate și care slăbesc cu timpul. Se curăță podelele și mobila. Se scot lucrurile de sezon, iar cele care nu mai trebuie se pun la naftalină pînă în sezonul următor. Cu acest prilej, camerele se pot spoi sau zugrăvi. Se vopsește tîmplăria și se repară mobilele.

Pentru timpul concediului, interiorul se pregătește astfel: se pun toate lucrurile din casă la adăpost de soare, ferite în același timp de praf, de umezeală și de molii. Se strîng într-o ladă toate bibelourile, statuietele, pernele fantezii și toate lucrurile scumpe. Se scutură bine toată casa, se mătură, se șterge praful cu grijă, iar tablourile se acoperă cu tifon. Perdelele se scutură bine și se pun într-un fel de săculețe de pînză. Covoarele, după ce au fost curățate, se presară cu flori de levănțică, se rulează și se pun în saci de pînză. Scaunele și canapelele tapisate se pun toate în mijlocul camerei și se acoperă cu un cearșaf pe deasupra. Se îndepărtează din camere

toate lucrurile care ar putea fermenta sau s-ar strica, cum ar fi rufele murdare, resturile de alimente etc.

Se atîrnă prin cameră din loc în loc, fîşii de cîrpă muiate în terebentină spre a evita mucegaiul. În mijlocul camerei se pune un lighean cu var nestins spre a înlătura umezeala. Se stinge puţin oţet, o piatră arsă sau cărbuni. Mirosul acesta omoară moliile.

Se-ung bine broaştele uşilor ca să nu ruginească. Se acoperă geamurile cu hîrtie albastră (culoarea albastru respinge razele calde ale soarelui) ca să păstreze umbră şi răcoare în locuinţă şi să oprească pătrunderea prafului.

Obiectele preţioase nu se lasă în casă. Ele se dau în păstrare cuiva din familie.

Folosirea aspiratorului. Aspiratorul pătrunde pe zi ce trece tot mai mult în gospodării luînd locul măturii şi al periei cu care se curăţă podelele, mobila, hainele etc. El devine tot mai mult sprijinul gospodinei în operaţiile de curăţirea locuinţei.

Pentru folosirea aspiratorului sînt indicaţii precise cuprinse în prospectul de întrebuinţare. Trebuie reţinut însă faptul că aspiratorul nu poate fi folosit continuu, pentru că motorul se supraîncălzeşte şi aparatul se poate strica, de aceea îl vom întrerupe din cînd în cînd, prefarabil la 20 minute. După întrebuinţare se scoate punga de praf, se varsă şi se scutură bine. Se şterge aparatul şi anexele cu o cîrpă moale şi se păstrează într-un sac de pînză sau o cutie închisă.

Cum să folosim produsele chimice. Produsele chimice ce se folosesc pentru curăţirea podelelor, covoarelor, tacîmurilor, obiectelor din alamă, pentru spălatul rufelor, a vaselor etc. vin în sprijinul gospodinei, în uşurarea muncii ei. Cu puţină muncă şi cu ajutorul lor se obţin rezultate excepţionale. În comerţ se găsesc multe şi felurite produse chimice, cuprinzînd fiecare indicaţii precise de întrebuinţare, indicaţii ce trebuie respectate cu stricteţe pentru a nu se ivi accidente.

Cu Parchetin se curăţă şi se lustruieşte parchetul, cu „Carpetin" se curăţă minunat covoarele, tapiseria, paturile, cu soda de rufe, albol, alba super, alba lux, perlan alb, perlan albastru etc. se spală rufele albe şi colorate, ţesăturile din lînă şi mătase ca şi cele din fibre sintetice, cu tix, praf de curăţat alba etc. se curăţă foarte bine, repede şi uşor tacîmurile şi vasele de bucătărie, faianţa, baia etc.

Magazinele de chimicale sînt pline cu fel de fel de produse cu diferite întrebuinţări. E suficient să ne aruncăm privirea pe sortimentele expuse şi să alegem ce dorim şi ce ne trebuie pentru nevoile gospodăriei.

Curăţirea sobelor. Pentru buna funcţionare a sobelor se cere o îngrijire specială. Pe lîngă curăţenia exterioară şi cea care se face zilnic înainte de aprinderea focului, soba cere şi o cărăţenie periodică, la distanţe de timp mai mari sau mai mici, în funcţie de combustibilul folosit. În cazul cînd se folosesc cărbunii, curăţenia periodică se face lunar.

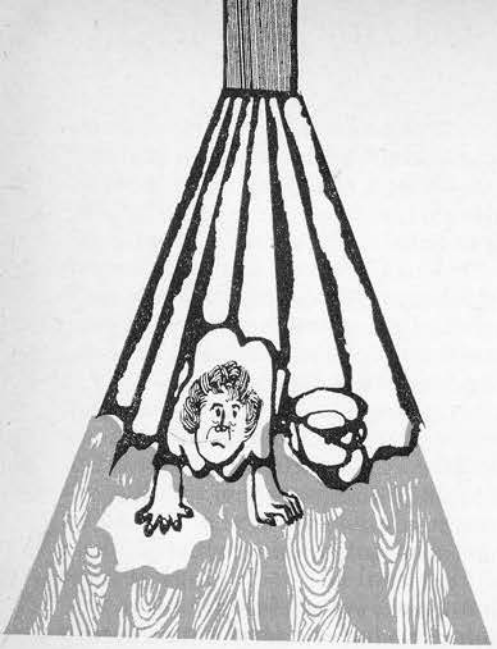
În mod obişnuit, burlanele se curăţă de funingine. Din cînd în cînd se spală interiorul sobei cu o cîrpă umedă. Spre sfîrşitul iernii şi înainte de a se face curăţenie generală în sezonul de toamnă, coşurile se mătură. Funinginea îngrămădită înfundă coşurile şi poate da naştere la incendii. Săptămînal se curăţă soba de funingine pe dinăuntru, introducînd prin portiţele de acces o lingură de metal cu coadă lungă şi uşor îndoită. Pentru curăţitul funinginei se mai foloseşte următorul mijloc practic: se aruncă în foc, cînd este jeratic, multe coji de cartofi cruzi. Aburul care se formează topeşte funinginea depusă pe pereţii sobei şi ai coşului producînd fum.

Dacă se întîmplă să se aprindă coşul se astupă gura sobei cu o cîrpă după ce se aruncă pe foc sare sau floare de pucioasă. Prin ardere se degajă acid sulfuros care are proprietatea să oprească arderea funinginei prin consumul mare de oxigen din aer. Cenuşa se scoate zilnic ca să se asigure un tiraj bun sobei. Tirajul sobei se poate verifica cu o hîrtie aprinsă introdusă în sobă. Dacă flacăra se ridică, atunci soba trage bine.

Întreţinerea podelelor. Operaţiile de întreţinere a pardoselei încep cu măturatul zilnic, care se face cu geamurile larg deschise. Pentru pardoseala cu duşumele se foloseşte o mătură de pai, iar pentru pardoseală cu parchet se foloseşte peria de păr. În ambele cazuri se poate folosi aspiratorul care curăţă şi cele mai slabe urme de praf.

Măturatul are ca scop eliminarea din casă a gunoiului şi prafului care constituie un bun mediu pentru dezvoltarea microbilor şi insectelor.

Mătura de pai se udă sau se înveleşte cu o cîrpă udă şi bine stoarsă. Măturatul se începe din fundul camerei, unde podeaua este mai curată. Mătura se ţine uşor aplecată şi se poartă în lungul lemnului, ca să scoată bine tot praful. Gunoiul se



adună la un loc și se ia cu fărașul. După ce s-a scos gunoiul, se lustruiește dușumeaua cu ajutorul măturii înfășurate într-un molton sau într-o cîrpă din lînă.

După ce s-au măturat podelele se șterge praful de pe geamuri, uși, mobilier etc. cu o cîrpă moale, ca să nu se împrăștie. Acolo unde cîrpa nu poate pătrunde (la colțuri, pe obiectele sculptate) se folosesc penele.

Covoarele se așternla locul lor, după ce au fost bine scuturate și periate. Ferestrele se închid tîrziu după terminarea curățeniei.

După fiecare întrebuințare mătura se spală bine, se scutură și se pune la locul ei. Peria de măturat se așază cu părul în sus. Cîrpele se spală, se usucă și se pun la locul lor.

Spălarea dușumelelor din scînduri nevopsite. După ce dușumelele au fost măturate și șterse se spală cu o cîrpă de sac și cu o perie din pai de mătură. Gospodina își pune sub genunchi o mătură învelită cu un sac ca să nu se ude. Își pregătește la îndemînă un lighean cu leșie fierbinte, în care s-au pus cîteva picături de amoniac, ca să iasă scîndurile albe, un lighean cu apă rece de limpezit, peria și cîrpele de spălat. Se începe udînd o porțiune de podea, cît se ajunge cu mîna. Se udă podeaua cu cîrpa înmuiată în leșie și pe jumătate stoarsă, ca să nu se scurgă apa pe sub scînduri. Se freacă apoi podeaua cu peria în lungul scîndurii. Pentru albirea podelei se freacă scîndura cu o pastă făcută din var stins, nisip și săpun, luate în părți egale. Se spală apoi din nou locul cu leșie și se

limpezește bine. Se șterge bine locul cu o cîrpă curată și bine stoarsă. Spălarea dușumelelor se începe din fundul camerei, unde podeaua este mai curată. Pentru a se da scîndurilor un aspect frumos și lucios acestea se ung cu ulei de in fierbinte, folosind o pensulă mare și lată cu care se impregnează bine lemnul. În prealabil scîndurile se spală cu apă și săpun sau cu o soluție diluată de acid clorhidric și se limpezesc bine. După 2—3 zile se aplică uleiul.

Dușumelele vopsite se mătură zilnic cu mătura înfășurată într-o cîrpă udă și bine stoarsă. Se lustruiesc cu cîrpa moale. Din cînd în cînd se spală și se ceruiesc.

Parchetul se mătură zilnic cu o perie specială cu părul scurt, se șterge de praf și apoi se lustruiește cu un molton. Din cînd în cînd, după nevoie, parchetul se curăță cu „Parchetin" (o benzină specială) iar de două ori pe an, la curățenia generală se freacă cu sîrmă. Pentru aceasta, se umezesc cu apă porțiuni mici, care se freacă bine cu sîrmă în lungul lamelei de parchet. Se freacă apoi parchetul cu peria de pai ca să se înlăture orice urmă de praf, după care se spală cu „Parchetin" folosind o perie de păr. Fiecare porțiune spălată se limpezește cu „Parchetin" curat cu ajutorul unei cîrpe moi.

După ce s-a uscat bine, parchetul se ceruiește întinzînd ceara în strat subțire. După cîteva ore se freacă parchetul cu peria cu păr scurt și apoi se lustruiește cu un molton sau cu „o perie grea".

Podelele de ciment și mozaic se mătură zilnic și se șterg cu o cîrpă udă și bine stoarsă. Din cînd în cînd se spală cu apă fierbinte în care s-a pus sodă și săpun. Pe podele se presară cenușă sau nisip fin și se freacă bine. Se limpezesc apoi tot cu apă fierbinte. După ce se usucă, se pot cerui și lustrui.

Vopsitul ușilor, pervazurilor, gardurilor etc. Vopsirea tîmplăriei de interior (ușile, pervazurile și dușumelele) ca și a tîmplăriei de exterior (gardurile, băncile, marginea balcoanelor sau a cerdacurilor etc.) se face cu scopul ca tîmplăria să dureze mai mult, să se poată întreține mai bine și să fie mai atrăgătoare.

Pentru vopsit tîmplăria se pot folosi vopsele și lacuri gata preparate sau vopsele cu ulei preparate în casă după următoarae rețetă:

— 1 kg ulei de in dublu fiert;
— 1 kg vopsea în culoarea dorită;
— 250 g terebentină;
— 50 g sicativ care poate fi înlocuit cu alb de zinc.

Vopseaua cu ulei se prepară astfel: în puțină vopsea se toarnă puțin ulei și se freacă foarte bine, ca să nu facă cocoloașe. Se adaugă apoi treptat cînd vopsea, cînd ulei. La sfîrșit se adaugă uleiul de in, sicativul și terebentina. Vopseaua se prepară în cutii de tablă.

Înainte de a aplica vopseaua pe obiectul respectiv, se chituiesc bine găurile, se completează părțile mici care lipsesc și se umplu golurile dintre scînduri (la dușumele). După această operație se aplică un grund (pe obiectele care n-au mai fost vopsite) sau se spală cu leșie tare și săpun (obiectele care au mai fost vopsite), înlăturîndu-se astfel orice urmă de vopsea veche.

Vopseaua veche se mai poate înlătura și frecînd obiectul cu hîrtie sticlată.

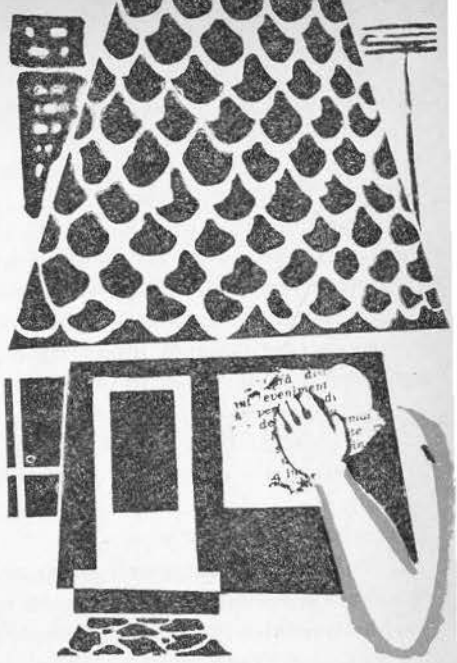
Grundul constituie fondul peste care se aplică vopseaua și se prepară din ulei cu vopsea (200 g vopsea la 1 litru de ulei).

Aplicarea vopselei cu ulei se face cu ajutorul unei pensule. Vopseaua se întinde în strat subțire întîi în lungul scîndurilor, apoi transversal (de-a latul) și din nou în lung. Pensula trebuie muiată numai puțin în vopsea, altfel vopseaua se prelinge. A doua vopsea se aplică numai după ce prima s-a uscat bine.

Pentru ferestre și uși se pot folosi vopsele fără ulei. Ele sînt economice, întrucît uleiul se înlocuiește cu borș, zer, lapte sau ou, toate avînd ca scop fixarea vopselei.

Pensulele se spală imediat după întrebuințare.

Spălarea geamurilor. *Geamurile* înlesnesc pătunderea luminii și a căldurii solare în încăpere. Pentru ca aceasta să se facă în bune condiții ele trebuie curățate des, întrucît se îmbîcsesc ușor de praf, fum, murdărie de muște etc. Ca să se înlăture praful se șterg aproape zilnic atît ochiurile cît și giur-



giuvelele. Odată sau de două ori pe lună geamurile trebuie spălate.

Materialele necesare sînt următoarele:

— cîrpe de șters praful;
— hîrtie de ziar pentru spălat și dat lustru (ziarul curăță bine petele și dă lustru datorită cernelii de tipar);
— apă curată și hîrtie de ziar dacă geamurile nu sînt prea murdare;
— apă în care s-a topit săpun, cînd geamurile sînt mai îmbîcsite;
— apă amestecată cu cîteva picături de amoniac sau oțet;
— apă cu scrobeală albastră pentru ca geamurile să dea lumină mai frumoasă.

Înainte de a începe spălarea geamurilor, se șterg giurgiuvelele de praf.

Geamurile se spală de sus în jos. Ele nu se spală pe arșița soarelui, căci apa se usucă repede și lasă pete.

Petele de pe geamuri se scot astfel:

— petele de var se scot cu oțet;
— petele vechi de vopsea se scot cu esență de terebentină;
— petele proaspete de vopsea se scot cu petrol sau cu bicarbonat de sodiu dizolvat în apă caldă;
— petele de grăsime se scot cu apă amestecată cu amoniac.

Oglinzile se spală după aceleași procedee.

Pentru obținerea unui luciu frumos, oglinda se freacă după ce a fost spălată, cu praf de scrobeală albastră.

Întreținerea mobilei, a tablourilor și bibelourilor. Mobila se întreține în chip diferit, după cum este lucrată.

Ea poate fi din lemn lustruit, din lemn placat cu furnir sau din lemn dat cu vopsea duco.

Mobila de lemn lustruit sau de lemn placat cu furnir nu se curăță și nu se spală cu apă.

Petele de pe această mobilă se scot astfel: se iau cantități egale de esență de terebentină și ulei de vaselină și se face un amestec. Cu ajutorul unui tampon făcut din cîrpe se unge partea pătată sau locul care și-a pierdut lustrul. După o oră se tamponează încă o dată și a doua zi se dă lustru cu o cîrpă moale mișcată circular.

Petele se mai pot scoate și cu o soluție făcută cu gaz și sare folosită după procedeul descris mai sus.

Zgîrieturile ușoare de pe suprafața mobilei dispar dacă se înmoaie un dop de plută în ulei de in și se freacă zgîrietura în sensul fibrei lemnului.

Mobila de lemn vopsit cu duco se spală cu apă călduță în care s-a dizolvat săpun. Nu este indicată apa fierbinte, benzina, neofalina sau alte produse care dizolvă uleiul.

Petele de cerneală se scot cu lapte cald. După ce s-a spălat mobila se șterge și apoi se unge cu o soluție de apă cu ulei de parafină (o lingură la un pahar de apă). După ce s-a uscat bine se lustruiește mobila cu o cîrpă moale.

Tapiseria mobilei se curăță după procedee care variază în funcție de felul materialului.

Tapiseria de creton se curăță cu apă călduță amestecată cu amoniac în care se dizolvă puțin săpun. Se curăță porțiuni mici și nu se umezește prea mult locul. Se șterge apoi cu o cîrpă udă și stoarsă, se clătește la fel și se zvîntă locul cu o cîrpă uscată.

Tapiseria de mătase se curăță cu o pastă preparată din magneziu (se procură de la farmacie) și benzină, care se întinde pe mobilă. După cîteva ore benzina s-a evaporat iar pudra se înlătură cu o perie moale.

Tapiseria de catifea se curăță cu nisip fin cernut și bine uscat. Se presară un strat din acest nisip pe mobilă. După 1—2 ore se perie bine. O dată cu nisipul se ia tot praful și murdăria.

Înainte de a se curăța, tapiseria trebuie reparată și bine curățită de praf. Aceasta se poate face cu aspiratorul sau cu bătătorul învelit într-o cîrpă albă, după care se perie bine.

Tablourile constituie podoaba cea mai de preț a casei. Prin așezarea lor, ele sînt expuse murdăriei, mai ales tablourile neacoperite cu geamuri. Tablourile pictate se curăță bine cu ceapă sau cu cartof crud, procedînd astfel: se șterge bine tabloul de praf, apoi cu jumătate de ceapă sau cartofi se freacă ușor porțiune cu porțiune. Stratul de ceapă murdar se îndepărtează mereu tăindu-l cu cuțitul. După ce se usucă, tabloul se lustruiește cu o cîrpă moale.

Un luciu frumos se obține dacă se șterge tabloul cu albuș de ou bătut cu zahăr pudră și puțin alcool.

Tablourile în creion sau acuarelă se curăță bine cu miez de pîine rece. Cele desenate în creion se șterg numai pe porțiunea nedesenată.

Ramele de bronz și cele lustruite se curăță cu esență de terebentină amestecată cu cîteva picături de ulei. Ramele din lemn de stejar se curăță cu lapte dulce. După ce s-au uscat se lustruiesc cu o cîrpă moale. Ramele din lemn vopsit se curăță cu apă de tărîțe (100 g la 1 l apă) sau cu apă și săpun. Se limpezesc cu apă curată. Cînd s-au uscat se ceruiesc și se lustruiesc.

Lămpile fac parte din ornamentația unei camere. Ele se șterg de praf o dată pe săptămînă. Lustra sau tija, dacă este din metal, se șterge cu un tampon îmbibat în terebentină, sau dacă este din lemn, se șterge cu benzină. Abajururile de sticlă se spală cu apă și săpun și se clătesc cu oțet.

Obiectele din bronz se curăță bine cu apă cu puțin amoniac, după care se freacă cu o piele de căprioară sau cu o bucată de pluș. Petele de muște de pe bronz sau aramă poleită se scot cu o soluție făcută din 4 g ulei de levănțică, 27 g alcool, 15 g apă. Se freacă ușor și repede.

Sfeșnicele pătate de lumînare se spală cu apă călduță cu sodă.

Obiectele din aramă poleită se curăță frumos dacă sînt frecate energic cu foi de măcriș. Se limpezesc apoi cu apă curată.

Obiectele fine se curăță cu praf de cărbune pisat și cernut, după care se șterg cu un petic de lînă.

Arămurile vechi se curăță cu amoniac nediluat, se freacă bine, se limpezesc și se usucă.

Obiectele din ipsos înnegrite de timp se albesc dacă se ung cu o pastă caldă făcută cu apă caldă și scrobeală. După ce se usucă, scrobeala crapă și cade în solzi luînd cu ea toată murdăria. Bucățile de scrobeală care nu cad singure se curăță cu unghia.

Obiectele din pămînt ars se fac frumoase dacă se dau cu o pastă făcută din praf de pămînt ars (cu ciob pisat) amestecat cu apă.

Obiectele din porțelan și sticlă se curăță ușor și bine cu o baie de apă cu săpun, unde se țin 5—6 ore. Se limpezesc cu apă călduță și se lasă să se usuce fără să se șteargă.

Obiectele din marmură se curăță cu apă și săpun. Petele se freacă ușor cu praf de piatră și puțină apă.

Obiectele de os se spală cu o perie cu apă săpunită. Se limpezesc, se usucă și se dă lustrul cu o periuță.

Obiectele de artă făcute din lemn se curăță cu o cîrpă îmbibată cu esență de terebentină sau ulei de in. În mod obișnuit se întrețin ștergîndu-le de praf cu o cîrpă subțire.

Obiectele din sidef se curăță cu apă și săpun, apoi se freacă cu piele de căprioară sau cu pluș.

Întreținerea covoarelor și a perdelelor. Covoarele și perdelele constituie ornamentația principală a unei camere. Întreținerea lor cere multă atenție, întrucît prin locul pe care-l ocupă într-o cameră sînt expuse uzurii.

Covoarele se curăță zilnic cu o măturică de pai, iar o dată pe săptămînă se scutură și se bat pe un suport instalat special în curte sau pe o sîrmă bine întinsă. Se bate cu o palmă sau bătător de nuiele sau din material plastic.

Curățirea covoarelor de praf se face în foarte bune condiții cu aspiratorul.

Pentru o curățenie temeinică și pentru înviorarea culorilor se întrebuințează diverse procedee, după anotimp.

Iarna, covoarele se întind pe zăpadă și se bat cu bătătorul, mutîndu-l din loc în loc, pînă ce sub covor rămîne zăpada curată. Se întorc apoi pe partea cealaltă și se procedează la fel.

Toamna, se folosește varza murată, tăiată în jumătate sau sferturi. Se freacă bine suprafața covorului, îndepărtîndu-se mereu stratul de varză care s-a murdărit.

În restul timpului se folosește apă amestecată cu oțet sau amoniac (4 linguri la 1 l apă) care curăță și înviorează culorile. Se freacă covorul cu o cîrpă înmuiată bine și stoarsă

sau cu o perie. Această operație se face pe porțiuni mici, care se șterg imediat cu cîrpe curate și uscate ca să absoarbă murdăria.

Se mai pot folosi cu mult succes benzina și terebentina.

Franjurile covoarelor se curăță cu apă și săpun.

Sfaturi practice. Bine întreținute, covoarele lucrate în casă durează ani mulți, păstrîndu-și în același timp frumusețea culorilor. Scuturate cu grijă, periate bine de praf, covoarele se așază la aer la loc umbrit pentru aerisire.

Covoarele cu culori închise se curăță cu amoniac pregătit în soluție în părți egale cu apă.

În același scop se poate folosi oțet îndoit cu apă.

Dacă pe covor sînt pete de grăsime procedați la scoaterea lor astfel: se înmoaie bine o cîrpă în neofalină sau în petrosin și se curăță energic. Dacă pata persistă acoperiți-o cu o pastă preparată din magneziu calcinat și benzină. Reveniți de 3—4 ori cu acest procedeu.

*

— Copilul d-voastră a stropit din neatenție covorul cu cerneală. Nu-l certați. Încălziți o ceașcă de spirt în care dizolvați sare de măcriș sau lămîie (introducînd sticluța cu spirt acoperită într-un ibric cu apă caldă) și ștergeți pata de cerneală.

— Petele de lumînare se scot de pe covoare, acoperindu-le cu o hîrtie peste care presărați nisip fierbinte.

— Petele de dulceață, de miere sau de sirop se scot spălînd locul cu o cîrpă muiată în apă caldă și limpezind cu alta rece.

— Peste vară, cînd atacul moliilor este mare, rulați covorul împăturindu-l cu foi de pelin, frunze de tutun sau levănțică. Deasupra înfășurați-l în ziare. Cerneala de tipar îndepărtează moliile.

Perdelele se desprăfuiesc o dată pe săptămînă procedîndu-se astfel: în fața geamurilor deschise se strînge perdeaua la mijloc și cu ajutorul unei nuieluțe fine, înfășurată cu tifon se bate ușor perdeaua. Apoi se desface pe toată lățimea ei și cu palma de bătut covorul, învelită într-o cîrpă moale, uscată și de culoare apropiată cu perdeaua, se șterge de sus în jos. Înainte de a se face această operație, se șterge galeria de praf.

O dată sau de două ori pe an perdelele se spală astfel: se scutură de praf și se țin 4—5 ore în apă rece, schimbînd

mereu apa. Se spală apoi în apă caldă săpunită și se limpezesc cu apă rece. Se usucă la umbră întinse pe o masă acoperită cu un cearșaf. Se calcă umede.

CURĂȚIREA ȘI SCOATEREA PETELOR DE PE OBIECTELE CASNICE

Curățirea și întreținerea obiectelor casnice fac parte din preocupările gospodinei. Obiectele de folosință zilnică, cum sînt tacîmurile, vesela etc. cer și o îngrijire zilnică pentru a le ține curate și strălucitoare.

Tacîmurile de metal cromat, ca și cuțitele cu lama inoxidabilă, nu sînt atacate de oxizi și ca atare nu trebuie frecate zilnic. Se spală ușor cu apă cu sodă, se limpezesc și se șterg imediat.

Tacîmurile necromate, oxidabile, se pătează repede dacă nu sînt spălate imediat după întrebuințare. Petele se scot cu praf de curățat, cu cenușă sau cu nisip fin cernut. Cuțitele se freacă cu un dop, muiat în praf de curățat ori în cenușă, sau cu piatră de curățat cuțite.

Tacîmurile de alpaca se curăță cu nisip fin cernut, frecat cu o cîrpă, se spală în apă fierbinte și se șterg imediat. În acest fel ele capătă un luciu deosebit. Cu multă grijă trebuie să se șteargă furculițele trecînd cîrpa printre dinții lor, ca să nu rămînă murdărie.

Niciodată cuțitele nu trebuie înmuiate în apă. Mînerul se șterge cu o cîrpă umedă. Tăișul se trece de obicei pe curea, susținută la ambele capete de 2 lemne, pe care se presară praf de tacîmuri. În lipsa curelei se freacă lama cuțitului cu un dop de plută pe care s-a pus praf de tacîmuri sau cenușă cernută.

Mînerele de oțel, cînd sînt pătate, se curăță frecîndu-le cu zeamă de lămîie sau cu puțin alcool.

Cuțitele nu se țin în apă fierbinte pentru că li se dezlipesc mînerele. Dacă mînerul s-a dezlipit se poate lipi în felul următor: se umple teaca mînerului cu un amestec fierbinte făcut din 150 g rășină pisată, 100 g nisip, 50 g floare de pucioasă. Se introduce apoi în teacă coada lamei de cuțit și se lasă să se răcească.

Petele negre de pe tacîmuri, căpătate în atingerea cu diverse alimente (cum sînt ouăle etc.) se scot cu:

— apă în care s-au fiert coji de cartofi;
— o soluție concentrată de amoniac;
— funingine cu țuică (scoate bine petele de ouă).

Dacă petele negre persistă, tacîmurile se țin într-o soluție de manganat de potasiu care face ca aceste pete să dispară complet.

Petele de oțel se curăță cu amoniac. Cele mai bune tacîmuri, cînd sînt rău întreținute, capătă o culoare închisă. Tacîmurile care se întrebuințează rar se ung cu vaselină sau cu ulei și se înfășoară fiecare în hîrtie sau în cîrpe și se păstrează în cutii sau în sertare separate.

Vesela de porțelan (farfuriile, castroanele, cănile etc.) se curăță imediat după fiecare întrebuințare, altfel resturile de alimente se usucă și se spală mai greu. Spălatul se începe cu cele mai puțin murdare, în apă caldă, în care s-a pus puțină sodă, „Alba super" sau „Perlan albastru", după care se limpezesc cu apă caldă și apoi cu apă fierbinte ca să se usuce frumos. Se pun la scurs pe o tavă sau pe o masă așternută cu un șervet gros de bucătărie. După ce s-au uscat se sortează și se pun la locul lor.

Vasele emailate cuprind: oale, crătiți, castroane, ligheane etc. Acestea ca și vasele de porțelan se spală imediat după întrebuințare. În cazul cînd nu se poate realiza acest lucru se umplu cu apă și se pun pe mașină pentru ca resturile de alimente să nu se usuce. Dacă mîncarea s-a prins pe fundul vasului sau dacă s-a ars, se adaugă în apă cenușă sau sodă și se lasă să fiarbă un timp cu leșie pînă ce arsura se desprinde singură. Nu e bine să se radă vasul cu un cuțit sau cu un alt obiect ascuțit, pentru că sare smalțul.

În mod obișnuit vasele emailate se spală în apă fierbinte cu sodă sau cu un alt produs asemănător, cu spălătorul de cîrpă și cu buretele de sîrmă pentru vase. Se limpezesc în apă

fierbinte și se pun să se usuce, așezate cu gura în jos pe placa mașinii de gătit, după ce s-a stins focul.

Vasele de fier (tuci), cum sînt crătițile, tigăile, ceaunul sînt foarte larg folosite în bucătărie. Unele mîncăruri pregătite în vase de tuci capătă un gust deosebit de plăcut, cum sînt tocana, mămăliguța etc. Ele pot fi smălțuite sau nesmălțuite. Se întreține ca și vasele smălțuite, însă se cere multă atenție în mînuirea lor deoarece se sparg ușor.

Obiectele de tuci sparte se lipesc cu ajutorul unui clei făcut din smalț pisat și miniu impregnat cu glicerină.

Tăvile de copt se spală cu apă caldă și cu sodă. Se clătesc cu apă caldă și se așază pe plita fierbinte cu fața în jos.

Plita mașinii de gătit se curăță zilnic după ce s-a terminat cu gătitul și s-a stins focul. Placa de tuci se șterge cu hîrtie de ziar ușor mototolită, apoi se freacă cu negru de mașină amestecat cu oțet.

Placa de oțel ca și mașina de aragaz se curăță cu o cîrpă muiată în leșie sau în apă cu sodă și săpun. Smaltul se freacă cu praf de curățat, se limpezește și se șterge cu o cîrpă uscată. Părțile nichelate se șterg cu o cîrpă moale. Din cînd în cînd se șterg cu praf de cretă.

Butoaiele de varză și de vin se curăță imediat ce au fost golite, cu apă cu leșie sau cu sodă și se freacă cu peria. Se lasă să se usuce la soare sau în curenți de aer. Se controlează starea lor, se fac reparațiile necesare dacă e cazul și se păstrează în magazie în locuri uscate, așezate pe căpătîie. Toamna, cînd sînt din nou folosite se spală încă o dată, se umplu cu apă ca să se „umfle" bine, se afumă cu pucioasă și apoi se instalează în pivniță și se așază pe căpătîie. Aici se umplu cu varză, murături sau cu vin, țuică etc.

STÎRPIREA INSECTELOR

Insectele, șoarecii și șobolanii sînt dăunătorii cei mai de temut ai gospodăriei. Ei aduc pagube mari și cei mai mulți sînt purtătorii diverselor boli infecțioase: tifosul exantematic, dizenteria, febra tifoidă etc. Antidotul lor rămîne curățenia riguroasă asociată cu folosirea diverselor insecticide și a produselor cu mirosuri tari și otrăvitoare, care distrug acești musafiri nedoriți în casa omului.

Dintre insectele care fac cele mai multe neajunsuri și sînt foarte răspîndite sînt ploșnițele sau păduchii de lemn.

Ploșnițele se răspîndesc foarte rapid. O singură ploșniță poate coloniza o casă întreagă într-un timp foarte scurt. Nimicirea lor este foarte anevoioasă, pentru că au corpul turtit și le dă posibilitatea să se ascundă prin cele mai mici crăpături și pentru că suportă foamea timp îndelungat.

Pentru stîrpirea ploșnițelor se folosesc diverse procedee:

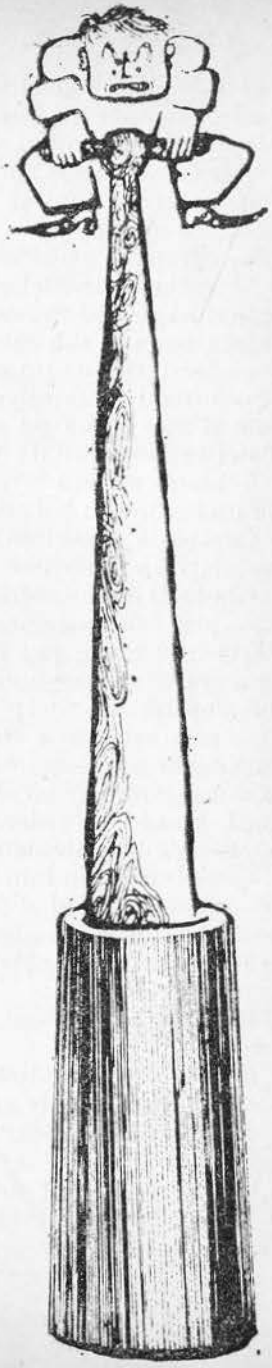
— insecticidele aplicate prin pulverizare au efecte bune, cînd sînt aplicate în cantități suficiente și cînd numărul ploșnițelor n-a luat proporții;

— petrolul, benzina, terebentina, acidul fenic sau sublimatul turnate din plin prin crăpături dau rezultate foarte bune, cînd invazia ploșnițelor este la început;

— amestecul de alcool, formol și acidul fenic în proporții egale dă o soluție foarte eficace;

— fumul de pucioasă și ardei iuți pisați este procedeul cel mai bun cînd înmulțirea ploșnițelor a luat proporții. Practic se procedează astfel: se scot din cameră obiectele din metal, care se strică în contact cu fumul. Se închide ermetic camera, iar în mijlocul încăperii, pe un cazan întors cu gura în jos se așază o tablă cu jeratic mult. Pe el se presară praf de pucioasă și ardei iuți pisați. După 24 de ore, camera și mobilierul se aerisesc bine. Procedeul se repetă de 2—3 ori.

Indiferent de rețeta folosită, ea trebuie aplicată la intervale de 10—15 zile. Timpul cel mai indicat este



în lunile iulie, august și septembrie, cînd plosnițele își depun ouăle. Înainte și după această perioadă se pot distruge plosnițele, dar nu și ouăle lor, care sînt foarte rezistente.

Puricii năvălesc în casă primăvara și toamna și adesea sînt aduși de cîini și pisici. Ei pot fi purtătorii diverselor boli. Se combat prin:

— curățenie riguroasă, care oprește înmulțirea lor;

— spălarea podelelor și a obiectelor din lemn care prezintă crăpături cu apă în care s-a fiert pelin sau mărar, plante care se pot pune și sub așternuturi;

— fumigație de tutun sau alte esențe tari;

— insecticidele pulverizate pe așternuturi și în cameră, precum și sub formă de praf, presărate în blana cîinilor și a pisicilor dau rezultate foarte bune.

Gîndacii preferă întunericul, căldura și umezeala. Locurile lor preferate sînt bucătăria, cămara și pivnița.

Curățenia desăvîrșită previne instalarea lor, însă o dată instalați se înmulțesc foarte repede.

Gîndacii de bucătărie se distrug prin diverse procedee:

— prin folosirea unei soluții preparate din: 1 kg piatră acră fiartă în 4 l apă, sau 1 parte apă și 3 părți petrol, turnate prin crăpături sau folosite la spălarea lemnăriei și a pereților vopsiți cu ulei;

— prin astuparea crăpăturilor cu var; pentru aceasta trebuie cunoscute locurile lor de instalare procedînd astfel: seara se stinge lumina, iar după 2 ore se aprinde. Gîndacii ieșiți după hrană, la vederea luminii, fug spre culcușurile lor; se observă locurile de retragere și se astupă;

— asfixierea cu fum de pucioasă;

— prin folosirea diferitelor preparate chimice cu care se presară locurile invadate. Alături se pun și farfurioare cu apă îndulcită. Se pot prepara prafuri pentru gîndaci, după următoarele rețete:

a) 100 g zahăr pisat, 100 g făină de grîu și 10 g sare de tartru;

b) acid boric și făină de grîu în proporții egale;

c) 1 parte făină de grîu și 2 părți ipsos pisat;

d) pireu de mazăre cu arsenit de cupru care este deosebit de eficace.

Gîndacii negri de pivniță și magazii se distrug cu clorat de calciu pus de cîteva ori pe table așezate din loc în loc.

Moliile sînt dușmanii țesăturilor de lînă și ai blănurilor.

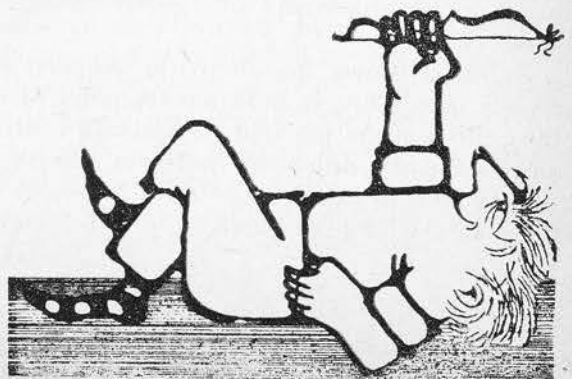
Mai de temut decît fluturele este omida lui, care se hrănește rozînd și tocînd firul de lînă sau de blană. Firișoarele tocate le folosește la construirea culcușului. Locurile întunecoase, umede și liniștite formează cîmpul de operație al larvelor.

În luna mai, moliile încep să-și depună ouăle. Praful și petele de pe haine constituie locurile preferate pentru depunerea *ouălor* și dezvoltarea larvelor. Ieșirea larvelor poate fi evitată prin distrugerea *ouălor*, acesta constituind cel mai bun remediu împotriva moliilor.

Un rol important în distrugerea moliilor îl joacă aerisirea, scuturarea lucrurilor și expunerea lor la soare. Un exemplu în acest sens îl constituie scoarțele de pe pereți care sînt deseori atacate de molii, pe cînd cele așternute pe jos sînt scutite de acest neajuns. De aceea, scuturarea și aerisirea lucrurilor trebuie făcute cu regularitate.

Moliile mai pot fi distruse cu: insecticide pulverizate pe obiectele respective, cu soluție diluată de amoniac sau cu

4



săculețe cu naftalină, camfor, tutun, levănțică sau hîrtie de ziar, introduse printre lucruri. De asemenea un cornet deschis plin cu piper, pus în dulapul cu haine, alungă moliile prin mirosul ce-l degajează.

Muștele fac parte dintre dușmanii cei mai de temut ai omului. Ele aduc multe neplăceri. Sînt purtătorii celor mai neașteptate boli prin faptul că se hrănesc cu substanțe organice în descompunere și umblă prin toate locurile murdare.

Muștele sînt de mai multe feluri:

a) musca de casă sau domestică, care stă prin case. Se așază pe tot ce este umed, dulce și se lipește pe răni;

b) musca de staule, care stă veșnic pe ochii și urechile vitelor și pe rănile în supurație; din această cauză vitele slăbesc, iar vacile pierd laptele;

c) musca albastră care stă prin apropierea bucătăriilor și depune ouăle pe carne fiartă sau friptă;

d) musca galbenă care colindă locurile cele mai murdare;

e) musca cenușie sau de carne care este cea mai mare dintre toate. Ea se așază pe tot ce emană miros greu. Larvele ei și ale celei galbene se numesc „viermi de carne".

Muștele pot fi stîrpite prin: insecticide pulverizate care sînt cele mai eficace și cu rezultate imediate, soluții de formol, bere, apă cu miere etc. puse în vase ce se răspîndesc prin încăperi, hîrtie otrăvită care dă rezultate bune cu condiția să fie mereu umedă, sulfat de fier sau fum de camfor. Pentru prinderea muștelor în staule se folosesc: salcia, feriga sau crengile de arbori. Muștele se așază pe ele noaptea, iar dimineața pe răcoare crengile se scot încet și li se dă foc.

Furnicile trăiesc în colonii (în grupuri) și își fac mușuroaiele în pămînt, la rădăcina copacilor sau în ghivecele de flori. În locuințe pătrund cu ușurință căutînd să roadă diverse alimente, dulciuri, fructe etc. Ele se pot distruge cu insecticidele din comerț, petrolul folosit la ungerea lemnului, o soluție de piatră acră (10 g la 1 l apă) sau fierturi de

pătrunjel cu care se opărește lemnăria, coji de lămîie stoarsă acoperite cu drojdie de cafea.

Țînțarii trăiesc în preajma apelor stătătoare, formînd colonii mari. Ei năvălesc în casă seara, cînd luminile sînt aprinse și geamurile deschise. Sînt supărători prin înțepăturile lor dureroase.

Unii din ei sînt purtătorii malariei pe care o transmit omului o dată cu înțepătura.

Ei se alungă în felul următor: se stinge lumina în casă și se aprinde afară, în dreptul geamurilor; țînțarii vor ieși la lumină; se distrug prin asfixiere cu diferite insecticide, cu formol sau cu fum de tutun.

Pentru a se feri corpul de înțepături ne ungem cu: soluție de chinină fiartă în oțet sau vin; soluție de apă cu scrum de tutun.

Înțepăturile se fricționează cu ulei.

Cariile atacă puternic tîmplăria.

Ei pot fi distruși prin: soluții de alcool cu sublimat (8 g la 1 l alcool) sau formalină, prin acoperirea găurilor cu gumă arabică concentrată peste care se unge cu terebentină.

Șoarecii și șobolanii aduc gospodăriei pagube costisitoare. Distrugerea lor se poate face prin diverse preparate speciale ce se găsesc în comerț. Folosirea lor cere însă multă atenție și măsuri de precauție, deoarece sînt dăunătoare animalelor domestice și chiar omului.

Foile de mentă proaspete sau uscate sînt o otravă puternică pentru șoareci și șobolani. Ele se așază în mănunchi în camere, pivnițe, pod etc. Se mai pot folosi frunze de leandru uscate, sfărîmate și amestecate cu făină care se presară pe podea, flori de tei care prin mirosul lor alungă șoarecii și cloratul de calciu. Acestea sînt otrăvuri foarte puternice cu care se astupă toate găurile, tencuind apoi peretele. Evident însă, cel mai înverșunat dușman al lor este pisica. Șoarecii numai cînd simt mirosul de pisică își mută cuibul.

În general dacă se cunoaște biologia animalelor dăunătoare se află ușor și mijloacele de distrugere a lor.

MĂSURI DE PREVENIRE ȘI PRIM AJUTOR ÎN INTOXICAȚII ȘI ARSURI CU PRODUSE CHIMICE

Folosirea și păstrarea substanțelor chimice în gospodărie cer o grijă deosebită pentru evitarea accidentelor. Substanțele chimice pot fi:

— toxice (piatra vînătă, sublimatul, alcoolul metilic etc.);

— caustice (apa tare, soda caustică etc.);

— inflamabile (benzina, alcoolul, eterul etc.).

Ele se păstrează în locuri ferite și chiar sub cheie. Întrebuințarea lor se va face numai de către persoane competente care trebuie să le folosească cu precauție, ținînd seama de efectele substanțelor respective.

Substanțele chimice în general se țin în vase de sticlă închise ermetic cu dopuri etanșe. Vasele se etichetează înainte de a se introduce substanțele respective.

Vasele folosite în executarea lucrării vor fi perfect curate și se vor spăla imediat după întrebuințare.

La folosirea substanțelor chimice trebuie citite cu atenție etichetele și respectate cu strictețe prescripțiile respective.

Restul substanțelor rămase nefolosite, dacă nu se mai pot păstra se vor distruge sau se vor arunca la canal etc.

Nu se gustă nici un fel de substanță. Pentru a se mirosi o substanță, se duce cu precauție vasul spre nas și se agită ușor cu mîna aerul deasupra flaconului, nu se apleacă capul deasupra vasului și nu se inspiră adînc aerul în plămîni.

Sfărîmarea substanțelor care formează un praf toxic sau coroziv cum este soda caustică se face prin presare cu precauție, în porțiuni mici, într-o piuliță curată.

Amestecarea diferitelor substanțe este bine să se facă după sfărîmarea separată a fiecăreia. În acest scop se folosește o lingură de os sau o spatulă, iar substanțele se pun pe o foaie de hîrtie curată.

Substanțele inflamabile se țin, ca și cele toxice, în vase închise, ținute sub cheie. Alături de ele nu se țin vase al căror conținut, în caz de dublă spargere, ar putea da naștere la reacții violente.

Lichidele inflamabile și volatile (benzina, eterul, benzenul etc.) vor fi păstrate și folosite cu multă grijă, evitîndu-se vărsarea lor. Se va lucra cu cantități mici și departe de sursele de foc.

Dacă din întîmplare se varsă o cantitate oarecare de lichid inflamabil, se procedează astfel:

— se sting imediat toate sursele de foc, țigări etc.;

— se închid ușile și se deschid ferestrele;

— lichidul vărsat se șterge cu o cîrpă care se stoarce într-un lighean din care se toarnă apoi într-o sticlă cu dop;

— aerisirea se va întrerupe numai după completa dispariție a mirosului lichidului vărsat.

În cazul aprinderii unui lichid inflamabil trebuie să se procedeze fără panică la următoarele operații:

— se stinge sursa focului;

— se acoperă flacăra cu o pătură, scoarță etc.;

— se scot din cameră vasele cu materiale inflamabile;

— dacă focul nu se stinge se cheamă pompierii.

Dacă se aprinde îmbrăcămintea:

— persoana respectivă nu trebuie să fugă;

— se stinge îmbrăcămintea învelind persoana cu o pătură, scoarță etc.;

— se vîră sub duș dacă acesta există.

Pentru aceste considerente, persoana care execută operații de încălzire a lichidelor inflamabile nu trebuie lăsată niciodată singură pentru ca în caz de pericol să aibă un ajutor imediat.

Pentru prevenirea accidentelor e bine să se țină seama de următoarele indicații:

— să nu se întrebuințeze benzina în lămpile destinate pentru petrol;

— turnarea combustibilului în lămpi să se facă numai după stingerea flacării;

— la turnarea benzinei sau a spirtului în lampă nu trebuie să fie în apropiere nici o flacără;

— lampa sau focul nu se vor lăsa aprinse atunci cînd nu este nimeni acasă, chiar pentru scurt timp.

Dacă în încăpere se simte miros de aragaz, ceea ce dovedește prezența gazelor combustibile în atmosferă, se procedează astfel:

— se închide robinetul principal al gazului;
— se înlătură orice sursă de foc;
— se deschid ferestrele și ușile asigurînd un curent de aer;
— se verifică aparatul respectiv.

LEGUMICULTURA

LEGUMICULTURA

GRĂDINA DE LEGUME

O alimentație rațională cere ca hrana zilnică să fie formată din alimente de origine animală (carne, pește, ouă) produse lactate (lapte, brînzeturi,) grăsimi (unt, ulei), pîine, orez, cartofi, legume diferite și fructe. Ultimile alimente sînt îndeosebi favorabile sănătății, putînd fi consumate în cantități mari preparate sau crude. Faptul că multe legume și fructe se mănîncă în stare crudă, le face să fie și mai de preț pentru o hrănire rațională, deoarece organismul folosește toate vitaminele pe care le conțin și care se pierd în mare parte în timpul fierberii mîncărurilor. Pentru un om matur, se recomandă o rație zilnică pînă la o jumătate de kilogram de legume și tot atîția cartofi.

Socotind nevoile unei familii de 4—5 persoane (între care și copii) rezultă că într-un an aceștia au nevoie de cîte 500—600 kg legume și cartofi. Această cantitate se poate obține fără greutate din grădina de pe lîngă casă sau din cultivarea unei părți a lotului individual în acest scop. Fără cheltuieli deosebite, numai cu puțină muncă, pe care o pot face toți membrii gospodăriei, de la cei mai tineri pînă la vîrstnici, cu spirit gospodăresc și cu o experiență care va crește de la un an la altul, se pot obține recolte bogate, care vor contribui atît la îmbunătățirea hranei zilnice, cît și la obținerea unor cîștiguri suplimentare din vînzarea surplusului.

Oricare ar fi mărimea grădinii, pentru a avea rezultate bune, trebuie să fie bine organizată de la început, iar lucrările să fie executate la timp și după nevoile fiecărei specii de legume.

ALEGEREA TERENULUI ȘI SUPRAFAȚA GRĂDINII

Legumele se pot cultiva pe orice terenuri, dar bineînțeles că producțiile mai bune le dau cînd sînt cultivate pe terenuri favorabile. Terenurile cele mai potrivite pentru cultura legumelor sînt cele fertile, afînate, ușoare (luto-nisipoase sau argilo-lutoase), pe care apa din ploi și zăpezi se scurge repede, nu bălțește și care se lucrează ușor. Este preferat terenul plan sau cu o înclinare foarte mică și în acest caz expoziția să fie spre miazăzi, miazăzi-răsărit sau miazăzi-apus, pentru a fi bine însorit. Terenurile adăpostite sînt mai prielnice pentru grădina de legume, iar așezarea lor în apropierea casei permite să se lucreze mai ușor în timpul liber și să se recolteze legume proaspete de cîte ori este nevoie în gospodărie. De asemenea, este necesară o sursă de apă pentru udat.

În general nu este recomandat ca legumele să se cultive printre pomi, deoarece sînt umbrite și concurate la absorbția hranei de rădăcinile pomilor, încît dau recolte mai mici și tîrzii. Pe de altă parte, pot suferi și rădăcinile pomilor din cauza lucrărilor ce trebuie făcute în grădină. Totuși printre pomii tineri, în primii ani după plantare, se pot face și culturi intercalate de legume, folosind în acest scop numai partea centrală a spațiului dintre pomi.

În general pentru nevoile unei familii este deajuns o grădină de 200—300 m², fără a produce și cartofi de iarnă. În orice caz, este mai bine să se cultive suprafețe mai mici, dar să se lucreze bine și să se folosească la maximum prin culturi succesive și asociate, decît să se extindă grădina pe o suprafață mai mare, dar să fie prost îngrijită (tabelul 1).

INVENTAR ȘI MATERIALE

Pentru grădinile casnice sînt necesare unelte obișnuite de lucrat solul (cazmale, sape, greble, săpăligi), cîte 1,2 sau mai multe, după mărimea grădinii. Pentru lucrarea solului printre plante cele mai bune unelte sînt săpăligile sau prășitoarele de mînă, tip Wolf.

Tabelul 1

Cultura I	Suprafața m²	Data plantării sau semănatului	Cultura a II-a	Suprafața m²	Data plantării sau semănatului
Exemplul 1 — Suprafața 300 m² (regiunea de cîmpie)					
Roșii timpurii	25	20—30 IV	Varză de toamnă	25	15—20 VII intercalat
Cartofi timpurii	40	25.III—5.IV	Varză, gulii și conopidă de toamnă	25	5—10 VII 20—30 VII (gulii, conopidă)
Varză timp.	25	25.III—5.IV.	Roșii be toamnă	25	5—10 VI intercalat
Mazăre	25	Martie	Roșii de toamnă	25	5—10 VI
Fasole pitică	25	20—30 IV	Castraveți de toamnă	25	5—10 VII
Castraveți, dovlecei	30	25—30 IV	Fasole de toamnă	30	1—10 VII intercalat
Salată, spanac, stufat, ridichi	40	Din toamnă sau în martie	Ardei, vinete	40	5—15 VI
Ceapă, usturoi	50	Martie	Salată, ridichi de toamnă	—	15 VIII—15 IX
Morcovi și alte rădăcinoase	40	Martie-aprilie	—	—	—
Exemplul 2 — Suprafața 200 m² (regiunea de deal)					
Cartofi	40				
Roșii	40	Intercalat varză de toamnă			
Vinete, ardei	10				
Ceapă	30				
Rădăcinoase	30	Asociate cu salată, ridichi			
Fasole urcătoare și pitică	30	Asociată cu castraveți			
Mazăre	20	După recoltare, varză de toamnă			

Ca materiale sînt necesare îngrășăminte organice — gunoi de grajd putred (mraniță), găinaț și altele, îngrășăminte chimice dacă se poate, araci și sîrmă pentru spalierele de susținere a plantelor, semințe.

PLANUL DE CULTURĂ ȘI PARCELAREA GRĂDINII

Pentru a avea cel mai mare folos din cultivarea grădinii, legumele nu se pun la întîmplare, ci se stabilește în fiecare an un plan, în care intră: culturile ce se vor face, soiurile, suprafața pe care se fac, cînd se începe și cînd se termină fiecare cultură. Culturile se aleg după nevoile și preferințele familiei, ținînd seama că trebuie asigurată producția pe o perioadă cît mai lungă din an. Se mai ține seama de culturile ce reușesc mai bine în regiune, dacă se pot uda sau nu, de îngrășămintele ce se pot folosi. Se vor folosi culturile succesive, așa încît pe aceeași parcelă să se facă 2—3 culturi începînd din primăvară pînă toamna tîrziu. De asemenea, legumele ce se plantează la distanță mare, se vor cultiva asociate cu salată, ridichi, gulioare și altele. Alegerea soiurilor se face după scopul culturii; pentru culturile timpurii se folosesc numai soiurile timpurii; pentru culturile tîrzii se aleg soiuri tardive, dar cu producție mare. De asemenea, există soiuri anume pentru conserve, pentru păstrat peste iarnă, rezistente la frig, care se aleg atunci cînd este cazul. Pentru a fi lucrată mai ușor, grădina se împarte în straturi sau parcele de mărimi diferite, separate de poteci. Parcelele se marchează după sfoară și se fac la același nivel cu potecile. Straturi sau brazde înălțate se pot face numai primăvara timpuriu, pentru a înlesni scurgerea apei și încălzirea pămîntului în vederea semănatului mai din vreme. Dacă se cultivă și legume perene (care țin mai mulți ani), ele se pun la o parte a grădinii, ca să nu încurce lucrările ce se fac în restul grădinii. Exemplele ce urmează pot folosi ca model pentru întocmirea planului de cultură, care evident că poate fi foarte diferit.

PREGĂTIREA SOLULUI

Lucrările de pregătire a solului urmăresc să asigure condiții bune pentru creșterea rădăcinilor și hrănirea plantelor.

Lucrarea principală se face toamna tîrziu, după terminarea culturilor. Pe o suprafață mai mare se poate ara cu plugul la 25—30 cm. În grădinile mai mici se sapă cu cazmaua, lucrarea nefiind chiar așa de greu de executat. Dacă terenul se cultivă pentru prima oară, sau este foarte bătătorit, se poate desfunda mai adînc, la 2 cazmale (cam 40 cm). Tot acum se dă și bălegarul îngropîndu-l la adîncime de 20—25 cm.

Toamna, pămîntul nu se mărunțește la suprafață, deoarece din cauza înghețului și dezghețului se va mărunți în cursul iernii. Primăvara, cum s-a scurs de apă și s-a zvîntat, se trece cu grapa sau se mărunțește cu sapa, spărgînd crusta care s-a făcut peste iarnă. Acum se dau și îngrășăminte chimice ce se împrăștie înainte de a face lucrarea de mărunțire. Pentru culturile care se seamănă, mai ales dacă au semințe mici, pămîntul se mărunțește cu sapa și grebla. Între două culturi succesive, se lucrează cu sapa sau cu cazmaua, dar la adîncime mai mică.

Pămîntul trebuie lucrat numai cînd are un grad de umezeală potrivit, ceea ce se poate determina prin strîngerea în mînă a unui pumn de pămînt; lăsat liber el trebuie să se sfărîme.

În cazurile cînd terenul pe care se poate face grădina nu este bun, nu trebuie să se renunțe la folosirea lui, ci se iau măsuri pentru a-l îmbunătăți. Aplicarea bălegarului an de an în cantități mari dă rezultatele cele mai bune atît pe pămînturile grele îndesate, acide, ca și pe cele nisipoase sau pietroase. În lipsa bălegarului se pot folosi îngrășăminte verzi (de ex. o cultură de mazăre, lupin, secară, bob etc.) care se îngroapă sub brazdă. De asemenea, resturile vegetale (vrejii de mazăre, fasole, tulpinile și frunzele de la diferite culturi) se pot îngropa sub brazdă. Resturile de paie, pleavă, frunze, amestecate cu îngrășăminte chimice, pot înlocui și ele bălegarul.

ÎNGRĂȘĂMINTELE În grădina de legume se pot folosi îngrășăminte organice și chimice. Ca îngrășăminte organice se folosesc: gunoiul de grajd fermentat în platformă, mustul de bălegar, urina, găinațul de păsări. Bălegarul de oi fiind uscat, ca și găinațul de păsări se pot amesteca cu bălegar de la porci, cu paie, pleavă, must de bălegar. Resturile de plante strînse după ce s-a terminat cultura se pot folosi și ele, în amestec cu gunoi de grajd sau paie și îngrășăminte chimice (de pildă 15—20 kg superfosfat la o tonă de material) după ce au fost compostate timp de un an. Legumele care au nevoie mai mare de îngrășăminte organice sînt: varza, castraveții, dovleceii, pepenii, vinetele, ardeii și pătlăgelele roșii, salata și spanacul, precum și cartofii. Îngrășămintele se pot folosi mai economic, dîndu-le numai la cuib, la plantat sau semănat.

Cantitatea de îngrășăminte ce se poate da la 100 m² este: 100—400 kg îngrășăminte organice (gunoi de grajd, compost); 15—20 kg găinat de păsări; 1—1,5 kg azotat de amoniu, 2—3 kg superfosfat și 1—1,5 kg sare potasică.

ÎNMULȚIREA LEGUMELOR Legumele se pot cultiva fie semănînd direct în grădină fie plantînd răsaduri. Se seamănă direct: rădăcinoase (morcov, pătrunjel, păstîrnac, sfeclă roșie, ridichi), verdețuri (spanac, salată, lobodă), mazăre, fasole, castraveți, pepeni, dovlecei și altele. Prin răsad se cultivă: roșiile, vinetele, ardeii, varza, conopida, guliile, țelina, salata uneori, ceapa de apă și prazul.

Pentru semănat se mărunțesc și se nivelează straturile, apoi se deschid șănțulețe cu colțul săpăligii, de-a lungul unei sfori, la distanța potrivită pentru fiecare legumă. Se seamănă cu mîna și imediat se acoperă semințele cu pămînt reavăn, cu dosul greblei bătînd puțin pămîntul de-a lungul rîndului, ca să se lipească bine de semințe.

Vara, dacă pămîntul e uscat, se udă cu 1—2 zile înainte și se seamănă cînd s-a zvîntat. Se fac semănături și din toamnă, pentru a avea legume mai timpuriu. În acest caz, se însămînțează mai adînc, iar straturile semănate se protejează cu frunze sau bălegar păios.

Răsadurile se pot cumpăra sau se fac în gospodărie, folosind cu chibzuință toate mijloacele ce stau la îndemînă, fără cheltuieli prea mari.

O răsadniță se poate amenaja destul de ușor. De exemplu se face un șanț adînc de 30—40 cm, lat de 1,2 m, iar la fund de 0,8—0,9 m, cu pereții înclinați, lung de 3—4 m. Din pămîntul scos se face de jur împrejur un diguleț bătut cît mai regulat. În șanț se pune un strat de 40—50 cm gunoi de grajd proaspăt afînat, amestecat cu frunze, paie, pleavă și udat potrivit. După cîteva zile, cînd aburește, se calcă, așa ca să rămînă cam la jumătate. Deasupra lui se pune pămînt mărunțit (amestec din pămîntul săpat de la suprafața solului, cu mraniță și eventual puțin nisip) în strat de 10—12 cm, apoi se acoperă cu rame de sticlă sau polietilenă. Cînd s-a încălzit se seamănă în rînduri depărtate la 5—10 cm, potrivit de rar. Răsadul se îngrijește, ferindu-l de frig, aerisindu-l și udînd la nevoie, dar fără a da apă prea multă și prea rece. Dacă nu se poate face o astfel de răsadniță de timpuriu (prin februarie) se poate semăna în lădițe mici sau ghivece, care se țin în casă, la fereastră. După vreo lună de zile, prin martie, cînd s-a mai încălzit, se amenajează o răsadniță încălzită numai de la soare. În lipsa ramelor, se poate acoperi cu un tunel (coviltir) de polietilenă. Ea se pune într-un loc cît mai adăpostit și, în zilele frumoase, se repică (se transplantează) răsadul din lădițe, la depărtare de 5—8 cm fir de fir.

Pe 1 m² de răsadniță se seamănă 3—4 g de sămînță de tomate, varză și 5—6 g de vinete sau ardei și se scot cam 400—600 fire răsad de roșii, vinete, ardei, varză. Dacă se repică, după distanța folosită, se scot 150—400 fire, dar de calitate mai bună, cu rădăcini mai bogate.

La castraveți, pepeni, dovlecei, se seamănă cîte 2—3 semințe de-a dreptul în ghivece sau pe brazde de țelină, întoarse cu fața înierbată în jos. La aceste legume se produce răsad cu scopul de a face culturi cît mai timpurii.

Răsadul trebuie plantat în așa fel încît să nu sufere și să stea din creștere. El se udă din timp, se scoate cu pămînt la

rădăcină și se plantează cu plantatorul sau în gropi făcute cu săpăliga udîndu-l bine. Cîteva zile (5—8 zile) după plantare nu se mai udă ca să-și facă rădăcini în adîncime.

LUCRĂRI DE ÎNGRIJIRE A CULTURILOR DE LEGUME

O dată răsărite sau plantate legumele cer anumite îngrijiri care au drept scop să mențină pămîntul afînat la suprafață, fără crustă (scoarță) și fără buruieni. Aceste condiții se realizează prin prașile care se fac de cîte ori este nevoie, în special după udat sau ploi puternice. Cînd plantele sînt mici sau abia s-a prins răsadul, lucrarea solului nu se face mai adînc de 5 cm (2 degete); mai tîrziu se lucrează la 7 — 8 cm, iar la legumele cu rădăcini profunde (morcovi, pătrunjel etc.) ultimele lucrări se fac la 10—12 cm.

Prășitul îmbunătățește aeresirea solului

și împiedică uscarea lui, menținînd umezeala în pămînt.

Udatul. Legumele cer în general apă multă ca să dea produse de calitate, așa că ori unde se poate uda, se va face această lucrare, care mărește mult producția. Apa de udat se poate lua din diferite surse (baltă, izvor, puț, fîntînă), dar condiția principală este ca apa să nu fie prea rece. De aceea, înainte de a uda, apa se ține în butoaie sau bazine deschise să se încălzească de la soare. Apa se poate duce pînă în grădină pe canale sau rigole sau cu furtunul. Udatul culturilor se face prin rigole sau șănțulețe deschise printre rîndurile de legume. Se recomandă să se ude rar, dar atunci cînd se udă, apa să pătrundă pînă la nivelul rădăcinilor.

Mulcitul. Sub acest nume se înțelege acoperirea pămîntului între plante cu paie, pleavă, bălegar păios sau descompus, frunze uscate și chiar cu carton sau polietilenă. În acest caz se împiedică uscarea pămîntului, se înăbușă buruienile, iar în verile călduroase, se menține o temperatură mai potrivită în sol. Mulcirea nu se face prea de timpuriu primăvara, deoarece stratul de acoperire împiedică încălzirea pămîntului.

Îngrășarea culturilor în timpul vegetației. Se poate face cu îngrășăminte chimice sau organice. Îngrășămintele se pot împrăștia pe intervalul dintre rînduri și se îngroapă la prășit sau se pot da sub formă de soluții. În ultimul caz se dau cu stropitoarea în șănțulețe care se deschid la 10—15 cm depărtare de rînd și au 5—6 cm adîncime. Îngrășămintele se dau după ploaie sau sînt urmate de udat, ca să nu „ardă" plantele. O îngrășare foarte bună și ușor de aplicat se face cu gunoi proaspăt, de vacă, care se pune într-o groapă și se trece peste el apa de udat. Treptat se adaugă gunoi în groapă pînă ce se termină de udat. Îngrășarea se poate face și cu găinaț de păsări, fermentat cu apă cîteva zile (în butoaie). Cînd se dă la plante se amestecă cu apă în proporție de 1 parte gunoi și 10 părți apă. La fel se poate folosi mustul de bălegar sau urina amestecate cu 5 părți apă.

Îngrășămintele organice nu se dau în cursul vegetației la legumele care se mănîncă crude (salată, ridichi).

Cînd se folosesc îngrăşăminte chimice se dau cantităţile din tabelul de mai jos, socotite în kilograme pentru suprafaţa de 100 m² (tabelul 2).

Tabelul 2

Felul culturii	Îngrăşăminte	Azotat de amoniu kg/100 m²	Superfosfat kg/100 m²	Sare potasică kg/100 m²
Pătlăgele roşii	I	I	2	0,5
	II	1,5	1	0,5
Vinete, ardei gras	I	0,7	1	0,5
	II	1	1,5	0,5
Castraveţi	I	2	1,5	0,5
	II	1,5	2,5	0,5
Varză, conopidă	I	1	1,5	0,5
	II	1,5	1	0,6

CULTURA PRINCIPALELOR LEGUME

Pătlăgelele roşii. Sînt pretenţioase la căldură, încep să se coacă la 115—130 zile de la răsărit, după soi. Se cultivă prin răsad. Pentru cultură timpurie se seamănă devreme, pe la 10—25 februarie, după regiune, în răsadniţă caldă. După 20—25 zile se repică la depărtare de 7—8 cm între fire. Răsadul nu trebuie udat mult căci se îmbolnăveşte şi creşte firav. Trebuie să aibă lumină multă şi să se aerisească, aşa încît să crească scurt şi viguros. Se plantează cînd îi dă floarea. În părţile sudice ale ţării se scoate afară pe la sfîrşitul lui aprilie, iar în regiunile mai reci abia între 1—15 mai. Cu 7—10 zile înainte de plantare se aerisește mai mult, apoi se ridică ramele şi noaptea, ca răsadul să se „călească".

Roşiile de vară şi de toamnă se seamănă în martie-aprilie şi nu se repică. Distanţa de plantat este de 80—85 cm între rînduri şi 30—35 cm între plante. Se poate planta şi în benzi: 2 rînduri la 40 cm, între plante 40 cm şi o potecă de 80—90 cm.

Îngrijirea culturii: prăşit de 5—6 ori, copilit, udat, îngrăşat, tutorat. Copilii (lăstarii de la subsuoara frunzelor) se rup cînd sînt mici de 5—10 cm. Roşiile din culturile timpurii se lasă numai cu tulpină, fără nici un copil. Cînd

are 4 ciorchini de fructe se rupe vîrful tulpinii (se cîrnesc). Se poate lăsa şi copilul prefloral cu un ciorchine, iar tulpina se cîrneşte după 3 inflorescenţe. În culturile de vară şi de toamnă se lasă afară de tulpină şi cîte 2—3 copili.

Roşiile se pot susţine pe spalier cu o sîrmă la 50—70 cm. Cele tîrzii se pun mai bine pe araci.

Soiuri: hibridul nr. 10 x Bizon pentru cultura timpurie: Sioux, Aurora, pentru cultura de vară şi Florida (Colţurate de Tulcea), Campbell, Pritchard, pentru toamnă.

Vinetele. Se cultivă tot prin răsad, semănîndu-le la începutul lunii martie, potrivit de rar ca să nu fie nevoie de repicat. Dacă se urmăreşte să se scoată producţie mai timpurie, trebuie semănate din februarie şi repicate în ghivece. Răsadul se îngrijeşte cu atenţie în special se udă moderat, căci la umezeală mare răsadurile se înnegresc la bază şi cad.

Vinetele, alături de ardei, sînt dintre legumele cele mai pretenţioase la căldură, de aceea răsadul se plantează numai după ce a trecut pericolul brumelor (în general după 1—10 mai). În locuri adăpostite se poate planta şi ceva mai timpuriu. Răsadul se scoate cu pămînt pe rădăcini; ca să se prindă mai uşor se plantează pe vreme noroasă. La plantare se udă bine, apoi deasupra se trage pămînt uscat şi nu se mai udă 7—8 zile pînă ce dau rădăcini noi.

Se plantează la depărtare de 70/30 sau 60/40 cm. Vinetele au nevoie de udat mai des ca roşiile, dar nu se vor uda pe vreme rece. Ca să lege mai bine se pot copili o dată sau de 2 ori, lăsînd 3—4 braţe la plantă. Vinetele merg bine pe pămînt gras unde s-a dat mult bălegar. În cursul vegetaţiei le priește mulcirea solului cu bălegar semiputred.

Soiuri: Linia 166, Pana corbului, Bucureştene, hibridul ICHV-58 (mai timpuriu), Lungi.

Ardeiul. Cel mai mult se cultivă ardeiul gras. Răsadul se obţine în mod asemănător cu cel de vinete. Se plantează o dată cu vinetele sau cu cîteva zile înainte. La plantare se fac aceleaşi recomandări. Dacă s-a scuturat pămîntul de pe rădăcini se mocirleşte. Distanţa de plantare: 60—25 sau 50—30 cm. Ardeiul nu se copileşte. Se udă ca şi vinetele.

Ardeiul iute se cultivă la fel. Ardeiul lung pentru toamnă şi gogoşarii se seamănă la începutul lui aprilie, afară, pe straturi protejate contra brumelor. Ei se plantează pe la sfîrşitul lui mai (gogoşarii) sau începutul lui iunie.

Soiuri: la ardei gras: Calincov verde, Românesc 69, Bucureștean 111, Dulce de Banat (Chinejan); la ardei lung: Românesc, Cornul caprii; la gogoșari: Timpurii de București, Colectivist (tîrziu).

Varza. Pentru varza timpurie, răsadul se obține din semănături făcute la începutul lui februarie sau pe la jumătatea lunii. Răsadul se ține la căldură potrivită și se aerisește mult. Se plantează devreme pe la 25— 30 martie în părțile sudice ale țării și după 1 aprilie în rest. Varza de vară se seamănă pentru răsad în martie, plantîndu-se afară după 15 aprilie. Varza de toamnă se seamănă pe straturi afară, prin luna mai, iar răsadul se plantează după 15 iunie pînă la 5—10 iulie.

Distanța de plantare merge de la 50/30 sau 50/40 cm la varza timpurie, la 50/50 cm la varza de vară și ajunge la 60/40—60/50 la varza de toamnă. Varza nu cere multe îngrijiri; ca să meargă bine trebuie udată mai des și bine îngrășată, mai ales cu bălegar. Ea crește bine și în regiunile mai reci, pînă sus la munte. Bineînțeles că în aceste părți, nu se cultivă soiuri tîrzii.

Soiuri: la varza timpurie se recomandă Ditmark și Prima recoltă; la varza de vară, Gloria și Ialomițeană 28; iar pentru varza de toamnă Licurișca, Ialomițeană, Buzău (f. tîrzie), Amager (tîrzie), Balinca.

Conopida. Se aseamănă cu varza la pretenții și cultură cu deosebirea că e mai sensibilă la frig și cere îngrijire mai bună.

Răsadul se produce ca la varză, dar la conopida timpurie este bine să se repice. Se plantează mai tîrziu ca varza, pe la mijlocul lui aprilie, alegînd răsadurile cele mai bune, scoțîndu-le cu pămînt la rădăcină ca să se prindă repede. Pămîntul trebuie să fie fertil, îngrășat din toamnă sau se pune mraniță la cuib. În cursul vegetației se udă regulat, se îngrașă, ca să crească susținut și cînd formează căpățîna, frunzele se adună la vîrf, legîndu-se slab cu tei, ca s-o ferească de arșița soarelui.

Conopida de toamnă se cultivă în mod asemănător cu varza de toamnă. Se recoltează înainte de venirea înghețului, deoarece este mai sensibilă la frig decît varza.

Soiuri: Bulgăre de zăpadă, Pitică de Erfurt.

Guliile se cultivă în același fel, numai că se pun la distanță mică: 30/25 cm la gulioare și 40/40 la guliile de

toamnă. Răsadul nu se îngroapă adînc, deoarece ar forma gulia în pămînt.

Castraveții. Se seamănă direct în grădină, la sfîrșitul lui aprilie sau începutul lui mai, ca să nu fie prinși de brumele tîrzii. Cer pămînt gras, proaspăt gunoit sau se pune la cuib cîte o lopată de mraniță, amestecînd-o bine cu pămîntul și apoi se seamănă. Se pun cîte 3—4 semințe și după răsărit se lasă numai 1—2 fire la cuib. Se seamănă rar, la 1—1,2 m între rînduri și 0,5—0,8 m între cuiburi, după vigurozitatea soiurilor. Se prășesc la dîncime mică, să nu se taie rădăcinile care cresc în față. Vrejii nu trebuie întorși sau călcați în timpul lucrărilor. Castraveții se pot asocia cu salata sau fasolea de păstăi. În locurile expuse la vînt, este recomandat ca în jurul lor să se cultive plante înalte (roșii arăcite, măturiș, porumb) ca să le țină adăpost.

Pentru a avea castraveți mai timpuriu, se face răsad pe brazde de țelină sau în ghivece și se plantează cînd au 3—4 frunze. Ciupirea tulpinii deasupra a 4—6 frunze grăbește lăstărirea și fructificarea.

Pentru conserve de toamnă se fac culturi tîrzii, semănate la începutul lunii iulie, folosind soiuri speciale, cu fructe mici (cornișon).

Soiuri: Bistrița, Senzația, Langi, Cornișon.

Dovleceii se cultivă ca și castraveții, semănînd în cuiburi la 1/1 m sau 1/0,80 m.

Ceapa este una din legumele cele mai folosite în gospodărie, neputînd lipsi din grădină. Cea mai sigură metodă de cultivat este *cultura prin arpagic*, care se face în partea de sud și apus a țării, în regiuni mai secetoase. Arpagicul se obține din semănături foarte dese sau se cumpără. Arpagicul bun de plantat trebuie să fie mic (de 10—15 mm grosime, cam cît o alună), regulat, tare și necrescut. Arpagicul se plantează foarte timpuriu, pe straturi, în rînduri la depărtare de 18—20 cm, iar pe rînd la 10—12 cm, îngropîndu-l ca să nu i se vadă vîrful din pămînt. În timpul vegetației se prășește de mai multe ori și se plivește. Nu se udă. Ceapa e bună de recoltat către sfîrșitul verii (august).

Ceapa ceaclama se cheamă ceapa care se seamănă direct în grădină şi pînă toamna face bulbi mari, buni de păstrat peste iarnă. Ceapa se seamănă tot la 20 cm între rînduri, iar pe rînd fiind prea deasă, se răreşte de 2 ori, lăsînd fir de fir la 8—10 cm. Ceapa ceaclama merge bine în părţile mai ploioase, în Moldova, Ardeal. Ea se seamănă cît mai de timpuriu sau uneori chiar din toamnă tîrziu, ca să ierneze în pămînt şi să răsară primăvara.

Ceapa de apă se cultivă făcînd răsad care se plantează în cîmp şi se udă, încît pînă toamna face bulbi foarte mari, dar apoşi, care nu se păstrează bine iarna. Ceapa de apă se seamănă la începutul lui aprilie şi se plantează în grădină la sfîrşitul lui mai, cînd are grosimea unei pene de gîscă. Se pune mai rar, la 25 cm între rînduri şi 12—15 cm între fire, pe rînd. Se udă regulat şi se prăşeşte de 5—6 ori.

Ceapa verde (stufat) se obţine plantînd cepele mai mici, încă din toamnă. Pentru a le feri de frig peste iarnă deasupra rîndului se face un bilon de pămînt sau se acoperă cu frunze uscate, bălegar.

Soiuri: ceapă de arpagic: Zittau, Dărăşti, Filiaşi, Vinga; ceapa ceaclama: de Făgăraş (roşie); ceapa de apă: de Buzău, Spaniolă.

Usturoiul se cultivă ca ceapa de arpagic, plantînd în loc de arpagic, căţeii de usturoi. Se poate pune şi din toamnă pentru a avea usturoi verde (stufat), timpuriu.

Prazul. Se aseamănă la cultură cu ceapa de apă.

Morcovul, pătrunjelul, păstîrnacul. Se aseamănă între ele în ce priveşte cultura. Reuşita culturii şi calitatea produselor depind în primul rînd de pămîntul pe care se face cultura. Ele cer pămînt uşor, afînat, fertil, dar să nu fie gunoit de curînd, ci cu 1—2 ani înainte. Se seamănă de timpuriu, deoarece răsar greu şi astfel pot folosi mai bine umezeala adunată peste iarnă în pămînt. Distanţa între rînduri este de 20—30 cm (mai mult la păstîrnac). Cînd rîndurile se văd bine, se măreşte lăsînd 3—4 cm distanţă între plante. Mai tîrziu, cînd s-au îngropat destul ca să se poată folosi, se mai răresc o dată la 8—12 cm, după mărimea

soiului. Răritul se face de 2 ori numai la morcov, celelalte putîndu-se rări o singură dată, căci de obicei răsar mai rar. În special păstîrnacul răsare greu şi pentru acest motiv trebuie să se semene numai sămînţă proaspătă, de un an. Morcovul de iarnă se poate semăna în iunie. În caz de secetă se va uda.

Ţelina se cultivă prin răsad. Se seamănă în aprilie, se plantează la începutul lui iunie la 30/30 cm. Se udă regulat.

Fasolea. Se seamănă la sfîrşitul lui aprilie şi pentru a avea păstăi toată vara, se fac semănături eşalonate: la 2—3 săptămîni se seamănă cîte o nouă brazdă. Ultima semănătură se face la începutul lui iulie. Fasolea se seamănă în cuiburi la 40/30 cm sau în rînduri (cîte 2 la 25 cm şi între ele o potecă de 50 cm). Fasolea urcătoare se seamănă mai rar, la 60/40 cm. Fasolea urcătoare merge mai bine în regiunile umede şi potrivit de călduroase.

Soiuri: Saxa, Tender Green, Prelude, Selenta (cu păstăi verzi), Galbenă untoasă, Nicos, Beste von allen (cu păstăi galbene), Galbenă urcătoare, Grasă de Transilvania (fasole urcătoare).

Mazărea. Reuşita culturii depinde de semănatul cît mai timpuriu, chiar în ferestrele iernii. Se seamănă în rînduri la 20—25 cm, după 5—6 rînduri lăsînd o potecă de 50 cm. Pentru a avea cît mai multă vreme mazăre verde, se repetă semănătura la 10—15 zile sau se seamănă deodată mai multe soiuri, unele timpurii, altele tîrzii.

Soiuri: Pitică de Rin, Vorbote, Fină verde (timpurii); Minunea Americii, Minunea Kelvedon (semitimpurii); Serpette, Conserva (tîrzii).

Verdeţuri. *Spanacul* se seamănă din toamnă pe locul unde se vor planta roşii, vinete, ardei.

Salata se seamănă sau se face răsad (semănînd într-o lădiţă, sau într-un loc mai adăpostit), aşa ca să se poată planta ori unde se iveşte un loc liber sau printre alte culturi, pe marginea straturilor. Se poate cultiva primăvara, la sfîrşitul verii ca să se recolteze toată toamna sau se plantează din toamnă, ca să se scoată primăvara devreme.

Mărarul, pătrunjelul de frunze: se seamănă printre alte culturi sau la o margine a grădinii. Se poate semăna din toamnă. Mărarul se seamănă de mai multe ori, ca să fie mereu verde.

Hreanul se plantează cîteva cuiburi la un cap al grădinii, ca să nu încurce lucrările anuale. La fel leuşteanul, tarhonul.

Cartofii timpurii. Cartofii de sămînţă se pun la încolţit în lădiţe, coşuri pe poliţe, cu 30—40 zile înainte de plantat. Încăperea în care se ţin trebuie să fie potrivit de caldă, (10—15°C) şi luminoasă, aşa încît colţii să fie scurţi, groşi, coloraţi. Înainte de plantare „se călesc", aerisind bine încăperea, scăzînd temperatura atît ziua cît şi noaptea. Se plantează în cuiburi unde se pune cîte un pumn bun de mraniţă. Distanţa este de 50—60 cm/ 30—40 cm.

Soiuri: Sirtema, Bintje, Pervîi Snek, Gülbaba.

APĂRAREA PLANTELOR DE FRIG

În grădina de lîngă casă, este uşor să se ia diferite măsuri de a apăra legumele de frig, aşa încît ele să poată fi semănate sau plantate mai timpuriu şi să se recolteze mai devreme. În primul rînd aceste culturi se vor face în locurile cele mai adăpostite (lîngă ziduri, garduri) sau se vor proteja cu garduri de coceni, sorg, stuf, însă fără să se umbrească locul. Apărarea plantelor se poate face cu tunele (coviltire) din polietilenă, întinsă pe arcuri din nuiele de răchită sau alte esenţe. Legumele care se seamănă rar (castraveţii, pepenii) se pot semăna în cuiburi încălzite cu bălegar încins şi se apără tot cu polietilenă sau alte mijloace care stau la îndemînă.

Dacă legumele nu sînt protejate şi este pericol de brumă, în jurul grădinii se pregătesc grămezi de gunoi, amestecat cu frunze, resturi de plante, care se aprind ca să ardă mocnit şi să dea cît mai mult fum, împiedicînd formarea brumei. Dacă totuşi plantele au fost surprinse de brumă, trebuie ca dimineaţa, înainte de răsărit, să fie stropite cu apă (cu furtunul cu sită sau stropitoare.

COMBATEREA BOLILOR ŞI DĂUNĂTORILOR

Legumele sînt atacate de multe boli şi insecte. Pentru a le apăra, este nevoie să se aplice reguli de „igienă" ca şi în cazul bolilor la oameni. De aceea frunzele, plantele sau fructele bolnave se curăţă din grădină şi li se dă foc, ca să nu se împrăştie bolile. De la plantele bolnave nu se ia sămînţă. Seminţele procurate de la „Agrosem" sînt întotdeauna tratate contra bolilor. Roşiile, ardeii, vinetele, castraveţii se stropesc cu zeamă bordeleză (ca şi vita de vie). Dintre insecte cea mai păgubitoare este gîndacul de Colorado, care trebuie adunat şi distrus, iar plantele tratate cu D.D.T. (cartofii numai pînă la înflorit). Coropişniţele, omizile şi alţi dăunători se omoară de cîte ori apar.

Săpatul de cu toamnă înlesneşte distrugerea insectelor prin frig peste iarnă, iar distrugerea buruienilor ajută la combaterea bolilor, căci multe boli pot trăi pe ele, de unde trec şi pe legume.

CULTURA CIUPERCILOR

Locul de cultură: se pot cultiva în bordeie, pivniţe sau alte încăperi cu posibilităţi de aerisire şi în care să se poată ţine temperatura între 10—18°C. Localurile se curăţă bine şi se dezinfectează prin văruit şi arderea de sulf.

Substratul de cultură. Ciupercile se cultivă pe un substrat (compost), obţinut prin fermentare din gunoi de grajd de la cai sau alte materii organice. Gunoiul de grajd bun trebuie să fie proaspăt, nefermentat şi cît mai păios. Se mai poate folosi pentru obţinerea compostului amestec din: 2 părţi gunoi de cal cu o parte gunoi de bovine sau o parte gunoi de cal cu o parte gunoi de oi sau 2 părţi gunoi de cal şi o parte coceni de porumb tocaţi. Pregătirea compostului este bine să se facă sub un şopron; se aşază cu furca în straturi, după ce a fost afînat şi aerisit bine. Pe măsură ce se pune un

strat de 40—50 cm, se udă bine cu stropitoarea cu apă sau cu urină sau must de bălegar, apoi se tasează călcîndu-l cu picioarele și cu o scîndură cu care se presează. Se așază un alt strat și apoi altul, pînă ce platforma îndesată are 1,5—1,6 m înălțime. Lățimea platformei se face de 1,5—2 m, lungimea după nevoie. Ca să fermenteze uniform platforma trebuie întoarsă de 3—4 ori la interval de 5—7 zile. Pentru întoarcere se rupe platforma cu furca de la un cap, se amestecă bine gunoiul de pe margini cu cel din interior și se face din nou platforma, dar de data aceasta nu se mai îndeasă și nu se udă. La pregătirea compostului, în timpul întoarcerilor, se dau îngrășăminte și amendamente. Astfel, pentru 1 m³ gunoi se dă: ipsos 5—6 kg (cîte 1—2 kg la fiecare întoarcere), superfosfat 2 kg și azotat de amoniu 1,5 kg (date la ultimele 2 întoarceri). Compostul este bun de folosit cînd are culoarea brună-cafenie, nu mai miroase a amoniac, paiele se rup ușor și are umezeală potrivită. Compostul strîns în mînă trebuie să fie elastic, să nu formeze cocoloașe și să nu mustească de apă.

Compostul se așază în locul de cultură în biloane sau în straturi groase de 20 cm.

După cîteva zile, cînd nu mai miroase de loc a amoniac și temperatura a scăzut la 25—26° (nu mai aburește), se face însămînțarea cu miceliu cumpărat de la magazinele Agrosem. Un pachet de miceliu se rupe în bucăți de mărimea unei nuci (50—60 buc.) și fiecare bucățică se introduce într-un cuib. Pentru aceasta se ridică cu degetele compostul și se bagă miceliu la adîncimea de cel mult 2 degete (3—4 cm). Se acoperă, fără să se apese. Între cuiburi se lasă 20 cm; un pachet de miceliu ajunge pentru 2—2,25 m² cultură. După însămînțare straturile se pot acoperi cu polietilenă dar sprijinită pe suporți, ca să asigure și aerisirea, iar zilnic, se ridică și se scutură picăturile. Dacă e umezeală prea mare, straturile se pot presăra cu praf de ipsos. În orice caz nu trebuie să se usuce compostul; în acest caz se udă pe jos mai des, dar direct pe compost nu se stropește cu apă. După 25—35 zile de la însămînțare se vede pe compost miceliul ciupercii de culoare cenușie crescut în jurul cuiburilor. Acum se acoperă biloanele cu un amestec din 3 părți nisip sau mîl și o parte pămînt de grădină. Stratul de pămînt trebuie să aibă 2 cm grosime și să fie umed.

După ce s-a întins, se stropește și se nivelează cu o scîndurică. Între timp se aerisește moderat și se păstrează umezeala udînd pe poteci sau pulverizînd apa direct pe straturi (cu vermorel sau o pompă de mînă).

Cam după 3 săptămîni încep să apară ciupercile, la început ca niște bobițe albe, care în scurt timp cresc și fac pălărie. Se culeg înainte de a se desface pălăria, desprinzîndu-le cu grijă, ca miceliul să nu se deranjeze din pămînt. În timpul fructificării, temperatura în ciupercărie trebuie să fie potrivită (12—15°) și să se aerisească mult, dar fără să se facă curent.

CALENDARUL LUCRĂRILOR ÎN GRĂDINA DE LEGUME

Ianuarie: pentru cei care cultivă o grădină mică, pe lîngă casă, este o lună de repaus, în care aceștia se vor interesa de procurarea semințelor.

Februarie: se fac semănăturile pentru culturile timpurii (roșii).

Martie: se încep lucrările în grădină. Se pregătesc straturile și se seamănă mazăre, salată, pătrunjel și mărar, morcov, pătrunjel de rădăcină, păstîrnac, ridichi, se plantează arpagicul și usturoiul. Spre sfîrșitul lunii se plantează varza timpurie. Semănăturile din toamnă se descoperă de stratul protector și se prășesc. Cartofii de sămînță se pun la încolțit.

Aprilie: în grădină se continuă semănatul și plantatul răsadurilor. Se seamănă sfeclă roșie, fasole, castraveți. Se plantează cartofi, răsadurile de varză, conopidă și o nouă serie de răsaduri de salată. Se repică răsadurile de roșii, vinete, ardei. Se seamănă roșiile de toamnă, prazul. Spre sfîrșitul lunii se pot planta răsadurile de roșii timpurii.

Mai: se continuă plantarea răsadurilor de roșii, apoi ardei, vinete. Se seamănă pepenii, se seamănă varza de toamnă pentru răsaduri, ridichile de iarnă, seria a doua de fasole. În același timp se prășește avînd grijă ca buruienile să fie stîrpite din timp. Se răresc rădăcinoasele.

Iunie: se îngrijesc culturile (udat, prășit). Se pregătește locul rămas liber după primele culturi în vederea culturii ce va urma. Se plantează roșiile de toamnă, varza de toamnă.

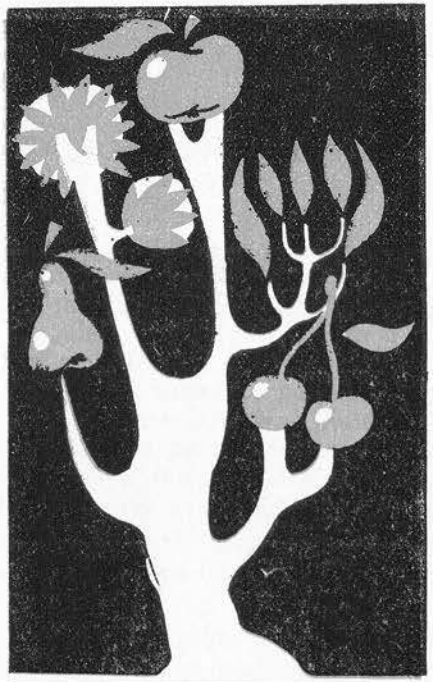
Iulie: în continuare se plantează varza de toamnă, conopida, guliile, se seamănă fasole și castraveți pentru toamnă, se udă și se prășește după nevoie. În această lună se recoltează mai mult.

August: este de asemenea o lună de recoltat roadele muncii de pînă acum. Culturile tîrzii se îngrijesc atent, se udă regulat, în special roșiile de toamnă și varza.

Septembrie: pe lîngă recoltările care continuă și îngrijirea culturilor tîrzii, se mai seamănă ridichi, salată pentru toamnă. De asemenea, se pregătesc straturile în vederea semănatului spanacului, care se efectuează spre sfîrșitul lunii.

Octombrie: se recoltează culturile tîrzii. Se are grijă de a proteja roșiile în special, de brumele timpurii ce cad de la începutul lunii. Se plantează salata, ceapa stufat. Se pun la păstrat rădăcinoasele de iarnă.

Noiembrie: Pe măsură ce se termină recoltarea, se curăță locul de vreji, tulpini, frunze. Se împrăștie îngrășămintele și se sapă la cazma sau se ară toată grădina, afară de straturile semănate pentru primăvară.



POMICULTURA

POMICULTURA

CULTURA POMILOR PE LÎNGĂ CASĂ

Spațiile libere din jurul locuințelor se pot folosi avantajos prin cultura de pomi și arbuști fructiferi. Aceștia aprovizionează membrii familiei cu fructe proaspete, gustoase, bogate în substanțe hrănitoare și vitamine (în general răcoritoare și îndrăgite de cei mari, ca să nu mai vorbim de cei mici, și recomandate pentru un regim alimentar rațional). Pe lîngă aceasta pomii îmbunătățesc condițiile de locuit, prin umbra pe care o creează, prin adăpostul față de curenții de aer, față de praf, de privirile indiscrete ale trecătorilor sau vecinilor, înfrumusețează cadrul locuinței.

Un pom înflorit sau plin de roade, constituie unul din cele mai plăcute forme de ornament ale locuinței.

ALEGEREA SPECIILOR ȘI SOIURILOR

La alegerea speciilor și soiurilor de pomi și arbuști fructiferi trebuie în primul rînd să se țină seama de regiunea în care ne aflăm: regiune de deal sau de cîmpie și apoi dacă pomii stau la umbra casei (în partea de nord) sau în bătaia soarelui (spre sud).

În regiunea de deal, unde precipitațiile sînt în cantități îndestulătoare (peste 600 mm anual) rodesc bine mărul, părul, prunul, cireșul, vișinul, nucul, alunul și arbuștii fructiferi în frunte cu zmeurul.

În regiunea de cîmpie cu precipitații mai puține (sub 500 mm) se cultivă mai puțin mărul și părul și anume numai soiurile de vară și toamnă, în parte nucul și unele soiuri de prun. În schimb se cultivă în mai mare măsură caisul, piersicul, gutuiul, căpșunii.

Alegerea speciilor de pomi și arbuști fructiferi se face în așa fel, încît să avem fructe aproape tot timpul anului. Vom alege pentru aceasta soiurile care se coc în mod succesiv, astfel: în lunile mai și iunie căpșunii, cireșele și vișinele; în luna iulie: piersicile, caisele, perele și merele vărătice, prunele timpurii, zmeura; în luna august piersicile, merele, perele, prunele, zmeura, alunele, migdalele; în luna septembrie: piersicile, prunele, merele, perele, migdalele, alunele, nucile; în luna octombrie prunele, merele, perele, gutuile, nucile, alunele, migdalele; în luna noiembrie și în continuare pînă în primăvară: merele și perele soiuri de iarnă, apoi nucile, alunele, migdalele.

În cadrul fiecărei specii se aleg de asemenea soiuri cu coacere succesivă. Astfel la cireș: Timpurii de mai, Ramon Oliva, Pietroase Napoleon, Germersdorf, Boambe de Cotnari, Pietroase negre Pit, Scorțoase de R. Sărat, Moacre, Vîrtoase negre; la vișin: Timpurii engleze, Hortensia, Gobet mare, Spaniole, Turcești, Crișana, Mocănești, De Ostheim, Belle de Choisy; la piersic: Madelaine Puyet, May flower, Amsden, Dixired, Sunbeam, Redhaven, Fairhaven, Ford, Campion, I.H. Hale, Elberta, Shipley, Salway; la cais: Timpuriu de Arad, De Nancy, Cel mai bun de Ungaria, Falcă roșie, De Breda, Mari de Cenad, Luizet, Mari de Aiud, Paviot, Dulci de vișan, Tîrziu de București, De Obrești, Umberto; la prun: Nectarina roșie, Renclod verde, Uriașe, Renclod Althan, Tuleu gras, Agen, Stanley, Vinete românești, Anna Späth, Bosniace; la măr: Astrahan alb și roșu, Borovinka, Roz de Virginia, Transparent de Croncels, Gravenstein, Parmen auriu, Wealthy, Mc. Intosh, Delicious auriu, London pepping, Calvil de zăpadă, Gustav durabil, Yonathan, Boiken, Delicious roșu, Renet de Champagne; la păr: Sîntiliești, Busuioace, Favorita lui Clapp, Williams, Decana Krier, Untoasa Bosc, Untoasa Diel, Contesa de Paris, Curé, Untoasa Hardenpont, Iosefina de Malineș, Decana de iarnă; la căpșuni: Deutsch Evern, Brandenburg, Iosif Mahomet, Freya, Robinson, Laxton noble, Madame Moutot, Yucunda, Senga Sengana, Pecahontas, Hansa, iar dintre soiurile remontante: Abondance, Liberation

d'Orlèans, Profusion, Red Riche etc. La celelalte specii, diferența între coacerea soiurilor fiind mică se vor alege în primul rînd soiurile raionate.

AȘEZAREA POMILOR ȘI ARBUȘTILOR ÎN GRĂDINĂ

Așezarea pomilor și arbuștilor fructiferi în grădină se face căutînd să asigurăm fiecărui pom condițiile cele mai bune de creștere și rodire.

Pentru culturile pomicole, pămîntul din jurul locuințelor trebuie să fie bun, lipsit de cărămizi, bolovani de piatră, gropi de var pline cu reziduuri de la construcții. Apa rezultată de la scurgerile de pe acoperș sau din gospodărie nu trebuie să bălțească. Acolo unde este cazul se înlătură pămîntul necorespunzător și se aduce în loc un pămînt bun de țelină de cîmp.

Din cauza clădirilor și a poziției acestora față de soare, terenul din jurul lor prezintă deosebiri. Astfel, cel dinspre miazăzi este mai luminat și mai cald, iar cel dinspre miazănoapte, care este umbrit, este mai rece și mai umed; cel expus spre răsărit și apus prezintă situații mijlocii.

Pomii și arbuștii fructiferi au anumite pretenții față de rodnicia solului, față de apă, de căldură, de lumină.

Cei mai pretențioși față de sol și apă sînt căpșunii, apoi coacăzul, zmeurul, merii, prunii, perii. Caisul și piersicul au nevoie de soluri bine drenate, afînate, scurse, suportînd bine mici resturi de tencuială, praf de var etc.

Mai puțin pretențioși la sol sînt vișinii, prunii, zmeurul.

La căldură și lumină rodesc bine: migdalul, piersicul, caisul, cireșul, părul, apoi în ordine nucul, vișinul prunul, mărul, iar arbuștii pot suporta chiar și semiumbrirea.

Deci, în funcție de necesități, se va căuta ca fiecare specie să fie așezată la locul cel mai potrivit.

Pentru a nu sta la umbră, se vor așeza în direcția soarelui mai întîi speciile de talie mică (căpșunii, coacăzul), apoi cele cu talie mijlocie (gutuiul, piersicul, caisul) și pe lături sau spre nord cele cu talie mare (cireșul, prunul, părul, mărul, nucul). De asemenea, se va avea grijă să se îmbine just culturile pomicole cu legumele, florile, vița de vie.

CREAREA UNEI GRĂDINI FAMILIALE

Pentru crearea unei grădini familiale mai întîi se studiază condiţiile concrete de sol, expoziţie, la soare, suprafaţă, eventual posibilităţile de irigare, împrejmuire etc.

Urmează apoi întocmirea planului de aşezare a pomilor pe teren, avînd în vedere suprafaţa, condiţiile existente şi necesităţile pe care le reclamă fiecare specie pomicolă faţă de factorii naturali. După gustul cultivatorului, din speciile care reuşesc, se alege numărul de pomi, specia şi soiurile pe care acesta le preferă.

Materialul săditor, pomii şi arbuştii fructiferi de care avem nevoie pentru crearea unei grădini de pomi în jurul casei îi procurăm toamna sau primăvara, cînd vegetaţia este întreruptă, de la unităţile Agrosem sau pepinierele pomicole din apropiere.

În vederea plantării pomilor, operaţie ce se recomandă să se efectueze toamna, în luna noiembrie, mai întîi se sapă întreaga suprafaţă de teren cu cazmaua sau se ară adînc.

O dată cu săpatul se nivelează terenul şi se înlătură cărămizile, pietrele şi alte materiale ce se găsesc în pămînt.

În cazul în care se face cultura pomilor sub formă de garduri fructifere, după lucratul terenului sau chiar înainte se montează şi se fixează spalierul. La construirea spalierului este nevoie de stîlpi de lemn sau beton, lungi de 3—3,5 m şi groşi de 12—15 pînă la 20 cm. Distanţa dintre stîlpi este de 10—25 m, în funcţie de sistemul de gard. Între stîlpi se întind sîrme de fier variind de la 3—5 bucăţi şi avînd grosimea de 3 mm. Se recomandă ca gardurile fructifere să aibă pe cît posibil o orientare nord-sud.

Distanţele de plantare dintre pomi variază cu specia, portaltoiul şi sistemul de coroană. La soiurile de măr şi păr, altoiţi pe portaltoi viguroşi, se plantează la distanţa de 8×8m, la prun, cais, cireş la 7×7 m, la vişin, piersic şi gutui la 5×5 m. La culturile sub formă de garduri pomicole, mărul şi părul se cultivă la 3—4 m între rînduri şi 2,5—3 m pe rînd.

Pentru plantarea pomilor, după ce s-a pichetat terenul, se face săpatul gropilor, cam cu o lună de zile înainte. Gropile se fac de 0,80 m lăţime şi 0,60—0,70 m adîncime. Se face apoi aprovizionarea cu gunoi de grajd fermentat, socotindu-se 10—15 kg la fiecare pom.

Înainte de plantare, se bate în mijlocul gropii un tutore din lemn, avînd lungimea cît trunchiul pomului, iar grosimea de 8—10 cm. Tutorii trebuie să fie drepţi, fără cioturi şi se aliniază între ei, pentru a forma rînduri drepte.

Pentru plantat se verifică dacă pomii nu sînt uscaţi, dacă nu au coaja roasă, dacă au 3—4 ramuri cu o lungime de cel puţin 30 cm şi dacă ramurile nu au mugurii rupţi sau morţi, dacă rădăcinile principale au o lungime de cel puţin 30 cm etc. Nu se plantează pomi firavi, cu ramuri rupte, necorespunzători.

Pomii se plantează cu rădăcinile întregi: acestea nu se scurtează. În cazul cînd vreuna este ruptă sau zdrelită, atunci ea se scurtează cu un foarfece de la acel punct. Rădăcinile se înmoaie într-o mocirlă pregătită din pămînt galben, balegă de vacă şi apă. Pomii se plantează lîngă tutore, la aceeaşi adîncime la care au crescut în pepinieră. Printre rădăcini se distribuie cu mîna pămînt bine mărunţit, evitîndu-se adunarea rădăcinilor la un loc. Pămîntul se amestecă cu gunoiul de grajd şi apoi se calcă bine, veghind ca coletul pomului să rămînă la nivelul solului sau cîţiva cm mai sus. După plantat se face în jurul pomului o copcă cît marginile gropii şi apoi se udă bine cu 2—3 găleţi de apă. După aproape o lună de zile se scurtează tutorele aşa încît el să fie cu 10—15 cm sub ramura inferioară a pomului; se netezeşte tăietura dinspre pom şi apoi pomul se leagă de tutore, cu sfoară sau tei.

Arbuştii fructiferi (coacăzul, agrişul, zmeurul) se plantează cu 2—3 cm mai adînc decît au fost în pepinieră, iar căpşunul de aşa natură încît mugurele terminal să fie axat la nivelul solului şi neacoperit. Un pom bine plantat se află cu rădăcinile în contact strîns cu pămîntul şi se smulge cu greutate. La gardurile fructifere, pomii trebuie plantaţi lîngă spalier, încît ramurile lor cînd vor creşte să poată fi legate cu uşurinţă.

ÎNGRIJIREA POMILOR ȘI ARBUȘTILOR ÎN PRIMII ANI DUPĂ PLANTARE

Acestea constau în lucrări efectuate direct asupra pomilor și în lucrări efectuate asupra solului.

În cele ce urmează vom trata succesiv modul cum trebuie executate fiecare din aceste lucrări:

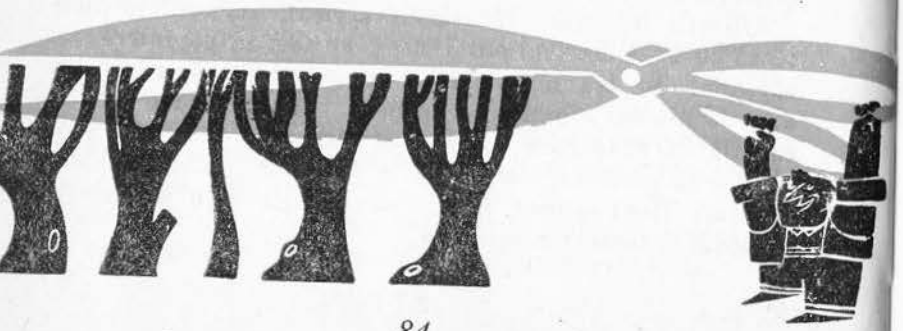
Formarea pomilor și arbuștilor fructiferi. În pomicultura actuală se disting două grupe de coroană după care se conduc pomii: prima grupă cuprinde pomii care se formează și se conduc după forma lor naturală globuloasă, iar a doua grupă, pomii ale căror coroane au forma de garduri pomicole, aplatizate.

Cultura clasică, cu pomi înalți, cu talie mare, se practică în majoritatea regiunilor țării, ea folosindu-se acolo unde terenul de lîngă casă are o suprafață mai mare. De asemenea, pomii cu talie mare se cultivă acolo unde dorim să avem și umbră sau adăpost, în preajma locuinței.

Pomii sînt altoiți pe portaltoi de vigoare mijlocie sau mare (portaltoi sălbatic, franc sau portaltoi vegetativ) și se conduc sub formă de piramidă (majoritatea speciilor) sau vas (mai ales piersicul și caisul).

Pentru formarea coroanelor este nevoie de o serie de unelte și materiale ca: foarfeci de grădină, briceag sau cuțit tăios, ferăstrău de pomi, rafie sau sfoară, vopsea cu ulei, scară dublă etc.

Formarea coroanelor sub formă de piramidă. *Piramida etajată* se caracterizează prin pomi cu ax central pe care sînt dispuse 2—4 etaje distanțate între ele la 60—120 cm în funcție de vigoarea pomului, alcătuite din 3—4 ramuri fiecare. Ramurile principale din etaje se ramifică în ramuri secundare de schelet, dispuse lateral, alternînd cînd pe o parte cînd pe alta și distanțate la 40 — 80 cm una de alta. La rîndul lor, acestea sînt îmbrăcate cu ramuri roditoare. Formarea coroanei se face în felul următor:



Primăvara, înainte de îmbobocirea mugurilor, la plantare (în anul I), se aleg axul și 3—4 ramuri egal depărtate. Aceste ramuri se scurtează un sfert pînă la o treime din lungimea lor, lăsînd la vîrf un mugure care să crească în afară. Scurtarea ramurilor se face în așa fel încît ele să aibă o lungime de 30—50 cm și aceeași înălțime. Dacă pomul are mai multe ramuri, celelalte se scurtează de la baza lor (la inel). La urmă se scurtează și axul, încît el să fie mai înalt cu 20—25 cm.

În primăvara anului doi de la plantare, ramurile principale ale pomilor se scurtează din nou la 60—80 cm, în așa fel încît toate să aibă aceeași înălțime, iar axul se taie cu 20—25 cm mai lung ca celelalte ramuri, la distanța de 60—120 cm de etajul I. Toate celelalte ramuri se taie scurt, la 3—4 muguri fiecare, pentru a deveni ramuri roditoare. În cursul verii se recomandă să se conducă lăstarii din coroană, adică ramurile principale să se echilibreze prin ciupiri (se ciupesc ramurile prea lungi). Toți ceilalți lăstari se ciupesc la 8—10 frunze, pentru a deveni roditori.

În al treilea an de la plantare, se continuă cu tăierea în felul următor: fiecare ramură principală din cele 3—4 alese, scurtate și conduse, ce vor alcătui etajul întîi al pomului, se analizează și se alege cîte o ramură laterală, la distanța de 60—80 cm de la bază care va deveni o ramură secundară de schelet. Celelalte ramuri laterale nealese se taie la 3—4 muguri. Se scurtează apoi vîrful ramurilor principale, socotindu-se 60—80 cm de la ramura secundară pe care am ales-o; toate cele 3—4 ramuri principale scurtate vor avea aceeași înălțime. Ramurile secundare se scurtează și ele lăsîndu-le o lungime de 40—50 cm. Apoi mai sus pe axul pomului la o distanță de 60—120 cm se aleg 3—4 ramuri bine dezvoltate, care vor alcătui etajul al II-lea al pomului. Se scurtează și ele la 50—60 cm tăindu-se la aceeași înălțime și la urmă se taie axul pomului, lăsîndu-se mai lung cu 20—25 cm decît etajul II.

Începînd cu anul al patrulea, obișnuit nu se mai fac tăieri, pomul lăsîndu-se să crească în voie.

Formarea coroanelor sub formă de vas. Caisul și mai ales piersicul se formează și se conduc sub formă de vas. Vasul se caracterizează prin pomi care nu au ax și au numai un singur etaj. 3—4 ramuri de la bază se ramifică fie altern ca la piramidă fie prin bifurcație (o ramură se ramifică prin două), la distanța de 40—60 cm. Pentru obținerea coroanelor sub formă de vas, se procedează inițial la fel ca la formele piramidale cu deosebirea că nu se lasă deloc ax, acesta suprimîndu-se deasupra ultimei ramuri alese.

În primăvara anului II de la plantare, cele trei ramuri principale alese se scurtează la 50—80 cm, avînd toate aceeași înălțime. Ramurile laterale crescute se taie la 2—4 muguri, pentru a se transforma în ramuri roditoare, iar cele ce cresc în interiorul coroanei se suprimă de la bază.

Conducerea coroanelor se face mai departe formînd pe cele trei ramuri principale de schelet, ramuri secundare dispuse lateral, deoparte și alta, altern, sau bifurcate, distanțate între ele la 50—70 cm.

Se face mențiunea că alegerea ramurilor, dirijarea lor prin ciupiri și tăieri mici în cursul verii dau rezultatele cele mai bune. Tăierile din primăvară sînt necesare pentru a completa și termina operațiile de formare a coroanei începute în cursul verii (vegetației).

Numai prin ciupiri și tăieri, efectuate atît în cursul verii cît și la începutul primăverii se pot construi coroane raționale, cu ramuri puternice, care nu se dezbină, garnisite cu numeroase ramuri de rod, care dau recolte mari cu fructe de calitate.

Cultura pomilor sub formă de garduri fructifere se recomandă pentru spațiile mai mici din jurul caselor.

Pentru gardurile pomicole se folosesc pomii din majoritatea speciilor pomicole, dar în primul rînd merii și perii altoiți pe portaltoi vegetativi, de vigoare redusă.

Există numeroase sisteme de garduri pomicole, dar cel mai folosit este palmeta cu brațe oblice.

Caracteristic pentru gardurile pomicole este forma lor turtită, aplatizată, dirijîndu-se ramurile pomilor în lungul rîndurilor de pomi, încît ramurile pomilor vecini se întrepătrund, avînd aspectul unor garduri verzi. Pentru dirijarea și susținerea ramurilor se folosește un spalier cu 2—5 rînduri de sîrme.

Formarea pomilor sub formă de palmetă regulată cu brațe oblice. Palmeta regulată cu brațe oblice se caracterizează printr-un ax vertical pe care sînt inserate 3—5 perechi de brațe opuse și înclinate oblic în sus. Brațele, care vor constitui ramurile de schelet, se orientează pe direcția rîndului, încît coroana apare turtită avînd înălțimea de 3—4,5 m, lățimea de 1,20—1,50 m și lungimea (pe rînd) 3—5 m. Distanța dintre brațe este de 60—120 cm, iar ramificațiile de pe ele, 3—4 la număr, la distanța de 50—60 cm una de alta, dispuse lateral, cînd pe o parte cînd pe alta.

Formarea palmetei se face astfel: pomii altoiți pe portaltoi de vigoare mijlocie sau mică, în vîrstă de un an (caz mai frecvent), avînd forma unei verigi și plantați în lungul spalierului, se taie la plantare la înălțimea de 60—70 cm. În cursul primului an de vegetație, cînd lăstarii dați din muguri au lungimea de 4—5 cm, se opresc în partea dinspre vîrf numai 3—4 din cei bine dezvoltați, la 5—6 cm distanță unul de altul. Toți ceilalți lăstari se suprimă.

În cursul lunii iulie, cînd lăstarii s-au dezvoltat destul de bine se face alegerea a trei lăstari: unul, cel mai viguros la vîrf va forma axul palmetei iar alți doi vor fi orientați în lungul rîndului, unul deoparte și altul opus lui și vor forma primul etaj al palmetei. Toți lăstarii situați în jurul celor aleși se suprimă, iar cei situați mai jos se arcuiesc cu excepția celor prea viguroși care se suprimă de asemenea.

Pentru ca cei doi lăstari ai etajului să se dezvolte la fel, cel mai slab se dirijează legîndu-se într-o poziție verticală, iar cel puternic se leagă într-o poziție oblică către orizontală.

La începutul anului II de la plantare, în lunile februarie-martie se face analiza celor trei ramuri principale: axul și brațele etajului I. Dacă axul are 60—80 cm lungime, socotit de la brațele etajului, atunci el rămîne așa cum este; dacă este mai lung se scurtează.

Cele două brațe ale etajului se aduc în poziție puțin oblică, obișnuit la 30—40°. În cazul în care brațele nu sînt egale, prin dirijarea către verticală (pentru întărire) sau către orizontală (pentru slăbire) se face echilibrarea.

În cursul vegetației anului II se fac mai mult controale și intervenții pentru conducerea lăstarilor și a ramurilor din coroană.

Cînd lăstarii au cîțiva centimetri, se lasă în vîrful axului lăstarul de prelungire, iar următorii 2 se înlătură. De asemenea, la ramurile etajului I se lasă la fiecare lăstarul de prelungire și se suprimă următorii 2—3, precum și toți aceia crescuți pe fața superioară a ramurilor.

În vară se mai fac încă 1—2 intervenții cu care ocazie se aleg 3—4 lăstari în vîrful axului, ce vor constitui etajul II, operație ce se execută așa cum s-a arătat la etajul I. Pentru ca etajele să se dezvolte echilibrat ele se vor controla des. Atunci cînd se constată că unul din etaje are tendința de a sufoca un alt etaj, ramurile lui se dirijează în poziție mai apropiată de orizontală, iar a celuilalt, mai puțin puternic, în poziție mai verticală.

De asemenea, dacă unii din lăstarii de pe ramurile de schelet tind să se dezvolte mai mult ei se arcuiesc, se aduc cu vîrful sub orizontală, și se dirijează către spațiul de pe intervale.

Pe fiecare braț al etajelor, la distanța de 50—60 cm se aleg pentru formare ramurile secundare care vor intra în scheletul formei. Acești lăstari se dirijează în poziție lateral-oblică pentru a fi favorizați în creștere.

La începutul anului III de la plantare se verifică mai întîi dezvoltarea ramurilor celor două etaje; fiecare etaj trebuie să-și dezvolte la fel ambele ramuri. Dacă ele sînt în echilibru, se proiectează etajul III, scurtîndu-se axul, dacă este nevoie, la 60—80 cm.

Pe fiecare braț al etajului se va forma o ramură secundară de schelet, lateral, și se va proiecta, la distanța de 50—60 cm, a doua ramură secundară, situată de cealaltă parte față de prima.

Ramurile concurente se suprimă, ca și toți mugurii situați pe partea superioară a ramurilor de schelet. Se dirijează ramurile de garnisire orientîndu-se prin noi legături către intervalul dintre rînduri sau spațiile libere din coroană.

După aceleași indicații se va continua cu lucrările în cursul vegetației anului III și apoi în anii următori. La formarea etajelor vom avea grijă să nu se formeze un nou etaj pînă ce precedentul nu are ramuri puternice. Lungimea brațelor trebuie să fie descrescîndă, de la bază către vîrful pomului. De asemenea, în cadrul unui braț, ramurile secundare trebuie să fie din ce în ce mai mici de la bază către vîrf.

Ramurile de garnisire, care vor da rodul, se vor dirija către exteriorul coroanei pentru a evita îndesirea ei.

Pentru a se mări rezistența spalierului și a împiedica dezbinarea ramurilor, se recomandă altoirea brațelor a doi pomi vecini, cînd aceștia se ating. Începînd cu anul III pomii încep să rodească.

Cele mai bune rezultate la conducerea sub formă de palmetă regulată cu brațe oblice au dat speciile de măr și păr altoite pe portaltoi vegetativi de vigoare mijlocie, apoi celelalte specii pomicole.

Rezultate bune se obțin cînd se conduc pomii și sub formă de cordoane verticale, mai simple de format care se recomandă mai ales pentru soiurile puțin viguroase de măr și păr, altoite pe portaltoi vegetativi slabi.

Formarea tufelor la arbuștii fructiferi. Tufele de coacăz și agriș, bine formate, sînt alcătuite din 12—14 tulpini, cîte 2—4 bucăți, în vîrstă de 1—6 ani.

La plantare, cele 3—5 tulpini din care este formată tufa se scurtează la 15—20 cm. În cursul anului I de la plantare tufa își formează numeroși lăstari formați atît din mugurii de pe tulpini cît și din cei de la coletul tulpinii.

La începutul anului II de la plantare, lăstarii care au crescut pe tulpini, acum deveniți ramuri de un an, se scurtează la 3—5 muguri, iar din cei dați din colet se aleg 3—5 lăstari viguroși situați la exteriorul tufei care se scurtează și ei dar cu o treime, ceilalți se înlătură. Tufa are deci acum 6—10 tulpini.

În anul III de la plantare și următorii, la începutul primăverii, tufa se formează în felul următor: se aleg 3—5 lăstari de un an dați din zona coletului și situați către exteriorul tufei și se scurtează cu 1/3 din lungimea lor, iar ceilalți se înlătură, tăindu-se de la nivelul solului. Ramificațiile anuale ale tulpinilor de vîrste diferite (2—6 ani) se scurtează la 3—5 muguri. Din anul III, la coacăzul roșu nu se mai scurtează vîrfurile, deoarece pe aceste porțiuni se află numeroși muguri floriferi.

Din anii V—VI, mai ales la coacăz, producția de pe tulpinile bătrîne scade, pentru care motiv ele se înlătură primenindu-se cu altele tinere, date din colet.

La zmeur, tufa se formează cu 10—12 tulpini, din care jumătate sînt de 1 an, iar jumătate de 2 ani. Între tulpini trebuie să fie o distanță de 20—25 cm.

La plantare se taie la 15 cm și se mușuroiește. Din lăstarii dați din rădăcină și din zona coletului se lasă cei viguroși. La începutul anului II și următorii tulpinile de un an se scurtează cu 10—30 cm, lăsîndu-se anual 6—8 tulpini, iar cele ce au rodit, tulpini de doi ani, se taie de la colet, înlăturîndu-se.

Îngrășarea pomilor și arbuștilor fructiferi. Îngrășarea pomilor și arbuștilor se face o dată cu plantarea și apoi anual, împreună cu celelalte lucrări de întreținere.

Se recomandă să se folosească în livezile de lîngă casă îngrășămintele organice accesibile: gunoiul de grajd, de păsări, precum și îngrășăminte minerale.

Îngrășămintele organice se administrează toamna o dată cu lucrarea solului, folosindu-se 3—4 kg la m² de gunoi de grajd fermentat, sau 100—150 g gunoi de păsări uscat și mărunțit sau în lipsă materii fecale 0,5—2 kg (ultimele două îngrășăminte se diluează, se fermentează și se administrează sub formă lichidă).

Îngrășămintele chimice cu bază de azot (N), potasiu (K_2O) și superfosfat (P_2O_5) se dau prin împrăștierea uniformă toamna, o dată cu cele organice, cu excepția azotului care se dă numai 1/3. Se folosesc următoarele cantități de îngrășăminte la m²: 30 g azot socotit ca sulfat de amoniu (1/3 se dă imediat după legatul fructelor și 1/3 în iunie-iulie), 15 g potasiu, sub formă de sare potasică și 40 g superfosfat.

Atît pentru nevoile obișnuite cît și pentru folosirea mai bună a îngrășămintelor se recomandă acolo unde este posibil udarea sau irigarea plantațiilor de pomi și mai ales de arbuști fructiferi.

COMBATEREA BOLILOR ȘI DĂUNĂTORILOR

Este o operație foarte importantă de care depinde reușita culturii pomilor.

În timpul iernii se strîng cuiburile de omizi și ouăle fluturelui inelar cunoscute sub numele de „scuipatul cucului" și ale fluturelui zig-zag.

Se răzuie scoarța de pe trunchiul pomilor bătrîni în care se găsesc numeroase ouă de insecte, cu ajutorul

unui raz sau perii de sîrmă. Răzuiala se colectează pe o prelată și se arde.

Se adună toate fructele putrezite rămase în pomi, precum și brîiele capcană puse anterior. De asemenea, se taie și înlătură toate ramurile uscate.

În zilele frumoase din februarie, martie se efectuează stropirile de iarnă de către echipe de la sfatul popular.

În primăvară, cînd mugurii floriferi se umflă, apare gărgărița florilor de măr, contra căreia se luptă scuturîndu-se pomii dis-de-dimineață. Gărgărițele amorțite se colectează pe prelate și se distrug prin foc.

O dată cu înfloritul pomilor apare gîndacul păros și cărăbușul de mai, contra cărora se luptă tot prin scuturare. Rezultate bune dau însă stropirile cu substanțe toxice efectuate de echipe specializate de la sfaturile populare.

Pe frunzele de măr și păr apar o mulțime de pete (rapăn, pete cafenii pe frunze, făinare) provocate de boli. Contra acestora ca și contra viermilor fructelor în cursul vegetației se efectuează 2—3 stropiri cu substanțe toxice, pentru care se vor cere lămuriri de la cadrele tehnice agronomice din localitate.

RECOLTAREA FRUCTELOR

Fructele se recoltează în momentul coacerii depline, cînd ele întrunesc maximum de calități și se consumă imediat. Timpul cel mai potrivit, este dimineața pe răcoare sau spre seară. Recoltatul se face numai cu mîna. Toate fructele se culeg de pe scări și numai cu codițe.

Se recomandă ca fructele recoltate să se așeze în vase corespunzătoare în capacitate de 1—2 kg pentru căpșuni, zmeură, 12—16 kg pentru piersice, cireșe etc. spre a se evita transvazarea mai ales la căpșuni, zmeură, piersice, caise.

Fructele moi și zemoase ca piersicile și caisele se așază pe un rînd maximum două, căpșunile și zmeura pe 4—5 rînduri, cireșele și vișinile, în mai multe. Merele și perele de vară în cazul cînd dorim să se păstreze 2—3 săptămîni se așază pe polițe pe un singur rînd.

În cazul cînd dorim să facem în gospodărie preparate din fructe verzi (dulceață de caise și prune verzi etc.) se recomandă ca fructele să se culeagă din locurile unde ele sînt în buchete, cu care ocazie se face și răritul fructelor.

Merele și perele de iarnă se recoltează toamna tîrziu, înainte de căderea lor sau de venirea brumelor timpurii. Ele se depozitează în încăperi, răcoroase, aerisite, cu umiditate potrivită.

CALENDARUL LUCRĂRILOR ÎN LIVADA DE POMI

Pomii bine formați, sănătoși, longevivi și cu recolte mari și de calitate se obțin dacă pomii sînt atent îngrijiți, aplicîndu-le toate lucrările necesare și la timpul oportun.

Lucrările din timpul perioadei de repaus (decembrie, ianuarie, februarie):

— Controlul repetat al fructelor puse la păstrat.

— Culegerea cuiburilor de omizi, a fructelor rămase în pom.

— Scuturarea chiciurei și a zăpezii din pomi și dezgroparea pomilor înzăpeziți spre a nu li se rupe ramurile.

— Adunarea zăpezii în jurul pomilor.

— Răzuirea scoarței la pomii maturi.

— Stropirea de iarnă.

— Tăierea pomilor.

— Procurarea materialelor și uneltelor necesare.

Lucrările din primăvară:

— Se termină lucrările începute și neterminate din sezonul rece.

— Se plantează pomii și arbuștii, înainte de deschiderea mugurilor.

— Montarea și repararea spalierului.

— Curățirea parcelelor de căpșuni prin rărirea lor și îndepărtarea frunzelor uscate. Tăierea tulpinilor de doi ani la plantațiile de zmeur.

— Stropirile de primăvară legate de înflorit și apariția frunzelor.

— Apărarea florilor de gerurile tîrzii din primăvară.

Lucrările din timpul verii:

— Conducerea lăstarilor în procesul de formare a coroanei prin dresarea, dirijarea, ciupirea, arcuirea și eventual îndepărtarea lor.

— Îngrășarea pomilor și arbuștilor cu îngrășăminte chimice pe bază de azot.

— Lucrarea (prășirea) repetată a solului și distrugerea buruienilor.

— Continuarea lucrărilor privind combaterea bolilor și dăunătorilor legate de starea pomilor și arbuștilor din acest sezon.

— Pregătirea proptelelor sau a scheletului de susținere și montarea lor în vederea susținerii bogăției recoltei.

— Recoltarea fructelor din speciile căpșun, cireș, vișin, coacăz, agriș, piersic, cais, măr și păr de vară.

Lucrările din toamnă:

— Recoltarea fructelor: mere și pere de toamnă și iarnă, gutui, nuci.

— Strîngerea proptelelor și a materialelor care au susținut ramurile cu rod bogat.

— Strîngerea fructelor uscate și bolnave rămase în pomi sau pe jos și distrugerea lor.

— Plantarea pomilor și arbuștilor privind noi plantații sau completarea eventualelor goluri.

— Lucrarea adîncă a solului și administrarea îngrășămintelor (gunoiul de grajd etc.).

VITICULTURA

VITICULTURA

CULTURA VIȚEI DE VIE

Cultura viței de vie poate avea un caracter industrial, atunci cînd asigură strugurii marfă necesari pentru acoperirea consumului, în stare proaspătă, pentru prelucrarea industrială a vinurilor de diferite tipuri și calități, a distilatelor și a altor produse derivate și un caracter mai restrîns, cînd se situează ca ramură anexă, producînd struguri în cantități mai reduse pentru consum local. Dar, vița de vie poate fi cultivată și pe loturile aflate în folosința individuală a cooperatorilor și în grădinile de pe lîngă case, constituind așa-numita cultură de amator. Cultura viței de vie în grădini, pe lîngă casă și pe loturile personale, constituie o cale nouă pentru dezvoltarea viticulturii în țara noastră.

Sistemul de cultură practicat în asemenea ocazii îmbracă cele mai variate forme. În afară de formele obișnuite de cultură, vița de vie mai poate fi cultivată și sub formă de bolți, palmete, spaliere înalte, halîngi etc., bineînțeles dacă climatul regiunii respective permite acest lucru.

Viticultura de amator nu este o preocupare lipsită de interes practic imediat, ci din contră, pe lîngă faptul că vița de vie este o plantă decorativă, oferă posibilitatea

să se obțină recolte bogate de struguri de bună calitate, să se poată consuma un fruct plăcut, gustos și totodată foarte sănătos.

STABILIREA SOIURILOR CE URMEAZĂ A SE PLANTA ȘI MODUL DE PROCURARE A MATERIALULUI SĂDITOR

Pentru plantațiile pe suprafețe restrînse, din grădinile de pe lîngă casă, se recomandă soiuri pentru struguri de masă, cu coacere diferită, pentru a satisface consumul familial pe o perioadă de timp cît mai lungă. Soiurile recomandate pentru plantare sînt următoarele: Muscat, Perla de Csaba, Regina viilor, Cardinal, Chasselas doré, Muscat de Hamburg, Cinsaut, Raisin de Calabre, Afuz-Ali, Italia.

Cînd vița de vie se cultivă sub formă de umbrare, halîngi sau de-a lungul unui zid în cultură înaltă, se aleg soiuri mai viguroase, cum sînt de pildă Coarna albă și neagră, Cardinal, Afuz-Ali. Pentru stafide se pot planta soiurile Perlette, Kiș-Miș alb și negru. Soiurile autosterile ca Coarna neagră și albă se asociază în cultură cu cele bune polenizatoare. Soiurile care se coc timpuriu se pot planta aproape în toată țara. Cele tîrzii, pentru a avea coacerea asigurată, se recomandă numai în regiunile mai sudice ale țării sau în microclimate favorabile pentru cultura viței de vie.

Materialul săditor folosit la plantare trebuie să fie de bună calitate. În mod obișnuit se folosesc vițe altoite înrădăcinate. Numărul de vițe necesare se calculează în funcție de suprafața ce o avem disponibilă pentru plantare și de distanța între rînduri și între butuci pe rînd. În cazul plantațiilor din grădinile de pe lîngă casă este vorba de un număr mic de vițe, care în general nu depășesc 150—200 bucăți. Comanda de vițe este bine să fie făcută din timp, adică încă din toamnă, printr-o cerere adresată Consiliului agricol raional, prin care se specifică soiurile necesare și numărul de vițe din fiecare soi. Cînd este vorba de o cantitate mică de vițe, se poate adresa direct la pepiniera cea mai apropiată.

Dacă vițele sosesc mai devreme, pînă la plantare, ele se păstrează stratificate în nisip reavăn în magazii sau beciuri. Dacă plantatul urmează imediat după primirea vițelor, ele pot fi păstrate în găleți sau butoaie, cu rădăcina înmuiată în apă.

ALEGEREA ȘI PREGĂTIREA LOCULUI PENTRU PLANTARE ȘI TEHNICA PLANTĂRII VIȚEI DE VIE

Vița de vie crește aproape pe toate tipurile de soluri. Rodul ei variază însă cantitativ și calitativ după soi, după cum se schimbă clima și solul și după cum variază agrotehnica aplicată. În cazul grădinilor de pe lîngă casă, alegerea locului unde urmează a se planta vița de vie ridică mai puține probleme ca de obicei. Vița se va planta cu precădere în partea de miazăzi, pe locuri însorite, evitîndu-se cele umbrite și umede.

Terenul ales, fie el o suprafață mai mare de cîțiva zeci de metri pătrați sau numai o fîșie de-a lungul unui zid sau gard, se va desfunda în mod obligatoriu încă din toamnă sau iarnă, pînă în februarie cel tîrziu, manual cu cazmaua. Adîncimea la care se desfundă terenul este de 60—70 cm. Terenul desfundat se nivelează primăvara. În cazul nostru, nivelarea se va face manual, cu sapa sau cu grebla. După nivelare, urmează pichetarea terenului, cu care ocazie se fixează distanța între butuci pe rînd și distanța între rînduri, dacă este cazul. Această lucrare influențează mai tîrziu tăierea și conducerea butucilor, sistemul de susținere și efectuarea lucrărilor de întreținere. Executarea picheta-tului se face cu ruleta de pînză sau cu panglica de oțel gradată.

Locul unde urmează să se planteze butucul de viță se marchează pe teren cu un țăruș (pichet). Cînd în grădină s-a ales o suprafață de cîțiva zeci de metri pătrați, care urmează a se planta cu viță de vie, distanța între rînduri va fi de 1,6—1,8 m, iar distanța între butuci pe rînd, de 1,2—1,4 m. Cînd plantăm un rînd de vițe lîngă un gard sau un zid, distanța între butuci va fi de 1,2—1,4 m, iar atunci cînd dorim să facem o halîngă sau o boltă, distanța dintre cele două rînduri va fi de 3—4 m și între butuci pe rînd de 1,5 m. Vița de vie se poate planta toamna sau primăvara.

Timpul de plantare este legat și de anotimpul cînd se face desfundatul terenului. Cînd terenul se desfundă vara,

plantarea se poate face toamna, iar în cazul cînd se desfundă iarna, plantarea se face primăvara. În practică sînt folosite mai mult plantările de primăvară. Înainte de plantare, vițele se fasonează (taie), astfel încît rădăcinile și cordița să aibă cel puțin 10 cm lungime. După ce au fost tăiate, rădăcinile se mocirlesc. În acest scop, vițele se așază în găleți sau chiar în gropi, în care se prepară muruiala, formată din două părți pămînt galben și o parte bălegar proaspăt de vite cornute plus apă. Muruiala trebuie să fie de consistența smîntînii. Vițele fasonate se țin în muruială pînă la plantare. Mocirlirea ferește de uscăciune rădăcinile și face un contact mai strîns între acestea și sol.

Gropile pentru plantare se fac cu cazmaua, alături de picheți, totdeauna de aceeași parte a pichetului pentru a se menține alinierea. Ele vor avea lățimea cazmalei, adîncimea de 45 cm și lungimea de 35—40 cm. Peretele dinspre partea pichetului se netezește și se scobește nițel la fund, pentru ca rădăcinile să poată fi așezate răsfirat pe fundul gropii. Plantatul se face imediat după ce s-au executat gropile. Vița se așază în groapă cu altoiul la pichet și rădăcina răsfirată pe fundul gropii, iar punctul de altoire să fie la nivelul pămîntului. După ce vița se așază în groapă, se trage peste rădăcini pămînt reavăn, pînă aproape de jumătatea gropii și apoi se calcă pămîntul. Se pun apoi 2 kg gunoi de grajd bine descompus, astfel ca să nu vină în atingere directă cu vița și cu rădăcinile ei. Se umple apoi groapa cu pămînt, pînă la nivelul solului și se mai calcă o dată ușor. Se udă cu 5—10 litri apă; apoi vița se mușuroiește în așa fel încît pe altoi și pe cordițe se nu cadă bolovani, iar stratul de pămînt să nu treacă cu mai mult de 5 cm peste cordiță.

LUCRĂRILE DE ÎNGRIJIRE A VIEI ÎN PRIMII ANI DUPĂ PLANTARE

Lucrările de îngrijire a viei în primii ani după plantare asigură de la bun început condiții cît mai bune, pentru creșterea și dezvoltarea vițelor.

Întreținerea mușuroiului este una din lucrările ce se aplică vițelor de curînd plantate și constă în ruperea crustei scoarței de pe mușuroaie și refacerea lor cu scopul de a ușura ieșirea lăstarilor și a evita pierderile de apă prin evaporare. Spargerea scoarței mușuroiului se face cu mîna sau cu o greblă specială, mică, începînd de la bază, către vîrf. O dată

cu spargerea crustei se face și afînarea pămîntului, avînd grijă să nu se rupă lăstarul fraged, abia pornit. Lucrarea se repetă de cîte ori este nevoie. Dacă lăstarii nu-și fac apariția, mușuroaiele se desfac cu atenție pentru a se vedea care este cauza. Dacă mușuroiul este prea mare, se micșorează; dacă s-au format bulgări de pămînt, aceștia se înlătură, iar dacă găsim larve care atacă lăstarii, le adunăm și le distrugem, apoi refacem mușuroiul. După ce lăstarul a ieșit din mușuroi și s-a întărit, lucrarea de spargere a scoarței nu mai este necesară.

Legatul lăstarilor este o lucrare obligatorie pentru a împiedica ruperea lor. Lăstarii tineri se leagă de picheți, avînd grijă ca legătura să se facă mai largă sau în formă de 8, pentru a împiedica strangularea lor. Vița se leagă de mai multe ori pe vară după cum este cazul, folosindu-se rafie, tei, cînepă ori fire de pănuș de porumb.

Copcitul este o altă lucrare importantă și constă în îndepărtarea rădăcinilor care dau din altoi și a lăstarilor care dau din portaltoi. Copcitul se execută de două ori pe vară, pînă ce vițele împlinesc 5 ani de la plantare. Primul copcit se execută în luna iunie, iar cel de-al doilea spre sfîrșitul lui iulie, începutul lui august. Vița se desface de mușuroi pînă sub punctul de altoire, pe o adîncime de cca. 20 cm, apoi, cu un briceag bine ascuțit se taie toate rădăcinile care au dat eventual din altoi și din partea superioară a portaltoiului, precum și eventualii lăstari dați din portaltoi. Cu ocazia celui de-al doilea copcit, mușuroiul se desface complet. Neglijarea copcitului în viile tinere duce la uscarea butucilor și apariția golurilor. Începînd din anul al doilea de la plantare, primul copcit se face primăvara, o dată cu tăierile, iar cel de-al doilea, prin august. În mod obișnuit, în primul an de la plantare, nu se aplică vițelor operațiuni în verde (plivit, ciupit, copilit, cîrnit).

Lucrările de întreținere a solului au ca scop realizarea unor condiții mai prielnice pentru aerisirea acestuia, păstrarea umidității lui, reactivarea proceselor microbiene, ca și combaterea buruienilor care stînjenesc dezvoltarea vițelor.

După terminarea plantatului, pămîntul se bătătorește în jurul butucilor de viță. Dacă este lăsat nelucrat, crapă la suprafață, apa din el se evaporă cu ușurință, iar creșterea

viței este stînjenită. De aceea, se recomandă ca în jurul butucilor de curînd plantați, să se facă o mobilizare a solului cu sapa, la o adîncime de cca. 15 cm. Dacă apar bolovani, se vor mărunți cu o greblă. Peste vară se execută prașilele, la o adîncime de 5—8 cm. Numărul acestora trebuie să fie de cel puțin 5—7 pe vară. Unde solul este îmburuienit, prașilele pot fi și mai numeroase. Pe locurile cu sol mai reavăn și lipsit de buruieni, numărul prașilelor va fi mai mic de 5, sau chiar 4 pe vară.

Pe timp secetos, viței se udă, dîndu-se cca. 5 l apă pentru fiecare viță. Pentru a se mări efectul udatului, se pot dizolva în apa respectivă și îngrășăminte. Doza de îngrășăminte poate fi de 50 g fosfat, 30 g azotat și 20 g sare de potasiu la 10 l apă. Această cantitate se administrează la 2 butuci. Udatul și aplicarea concomitentă a îngrășămintelor chimice sînt foarte indicate să se efectueze cu ocazia primului și celui de-al doilea copcit al viței. Apa se administrează în găuri (cuiburi) în număr de 2—4, făcute la 20—25 cm distanță de pichet, care apoi se astupă.

Butucii de viță care nu s-au prins în decursul primului an se marchează, urmînd ca golurile să fie completate în anul următor, în același fel ca și în anul precedent, cu vițe altoite.

Toamna viței se mușuroiesc pentru a le apăra împotriva gerului din timpul iernii. Lucrarea se execută manual cu sapa. Înălțimea mușuroiului se face după numărul de ochi ce urmează a se lăsa în anul următor la tăiere. De regulă, mușuroiul trebuie să aibă 25—30 cm înălțime, întrucît peste iarnă el se așază cu cîțiva centimetri. Lucrarea se execută toamna după primele brume, iar dacă ele întîrzie, se face în a doua jumătate a lunii octombrie. Este o lucrare absolut necesară în condițiile climatice din țara noastră. Viței nou plantate nu se taie toamna.

Lucrarea cu care începe campania de primăvară, în cel de-al doilea an, este *dezgropatul* (desfacerea mușuroaielor), care poate avea loc la sfîrșitul lunii martie, cînd temperatura nu mai coboară sub — 8°C. Mușuroaiele se desfac cu sapa începînd de la bază, subțiindu-se lateral, pentru ca pămîntul să cadă prin surpare. Vița se dezvelește atent pînă la punctul de altoire, fără a fi lovită. După ce viței au fost desmușuroite, se trece la tăierea lor. Este prima tăiere ce se face butucului

tînăr și are ca scop formarea butucilor în vederea punerii lor pe rod. Această tăiere poartă denumirea de tăiere de formare și se poate face în cepi, sau verigi de rod. Tăierea în cepi se face cînd butucii au o creștere slabă în primul an, cu cordițe subțiri. În acest caz se aleg 1—2 cordițe opuse una alteia și se lasă din ele cîte 1 cep cu 2—3 ochi. Dacă cepii au poziții diferite, acela care este așezat mai sus poate fi ceva mai lung de 3—4 ochi, iar cel inferior mai scurt de 1—2 ochi. Cînd viței au avut în primul an o dezvoltare mai bună și lăstari puternici, tăierea se face în verigă de rod, adică se lasă o cordiță și un cep. Cordița poate avea 6—8 ochi, iar cepul 2—3 ochi. În acest din urmă caz, vița poate rodi începînd din al doilea an după plantare. Avînd o creștere mai mare în al doilea an, vița are nevoie de un suport, de aceea se procedează la arăcitul provizoriu. Susținerea viței se poate face pe picheții din anul precedent, dacă sînt destul de lungi și solizi pe araci, ori pe un spalier provizoriu. Dacă picheții nu mai corespund în anul al doilea, vița se tutorează cu araci din nuiele mai groase de 1,5—2 m lungime. În unele cazuri, cînd dispunem de sîrmă se poate întinde un spalier provizoriu, format din 2 sîrme, una la 30 cm, alta la 80 cm înălțime, care se fixează pe araci mai groși, ce se înfig la distanțe de 8—10 m unul de altul, realizîndu-se un suport provizoriu pentru vițe.

Lucrările solului se fac apoi identic cu cele din anul întîi.

Lucrările ce se aplică viței în *al doilea an* se deosebesc de cele din primul an. De data aceasta se efectuează aproape toate lucrările care se aplică viței ajunse pe rod.

Plivitul lăstarilor de prisos se face în cazul cînd vița a fost tăiată scurt, iar lăstarii porniți din altoi sînt numeroși,

sau cînd vița a fost tăiată la o verigă de rod și are lăstari mulți cu rod sau fără rod. În primul caz, lăstarii se răresc ca să aibă lumină și loc pentru a crește mai liber; în cel de-al doilea caz se suprimă lăstarii sterili. Viețele cu lăstari puțini nu se plivesc.

Legatul se face de mai multe ori pe vară. Primul legat se face imediat după plivit, cînd lăstarii au 10—12 frunze. Se leagă răsfirat 1—2 lăstari la o legătură, de jur împrejurul aracului, fără a-i lega pe toți cu o singură legătură, ca un mănunchi. Legătura se face în așa fel, încît frunzele să nu se mototolească sau lăstarii să se stranguleze.

Ciupitul se aplică numai lăstarilor lacomi, iar celor roditori numai în mod excepțional cînd se remarcă un dezechilibru vizibil în creșterea și dezvoltarea butucului. Ciupitul se face în preajma înfloritului și constă în suprimarea vîrfurilor de creștere (coroniță) a lăstarilor lacomi (buiaci), pentru a le întîrzia creșterea avantajînd restul lăstarilor. Nu se ciupesc lăstarii dați din cepi și cei porniți din muguri dorminzi, care ne vor servi ca elemente de bază, din care, se vor lăsa verigile de rod în anul următor.

Copilitul (ciupitul copililor) se face după ce copilii au apărut la subsuoara frunzelor de pe lăstarul principal și au 7—8 frunze. Ei se scurtează la 5—6 frunze.

Cîrnitul este operația de suprimare a vîrfurilor, împreună cu 6—8 frunze la toți lăstarii cu rod și fără rod. El se face la intrarea strugurilor în pîrgă. Această operație ajută la coacerea mai bună a strugurilor și a lăstarilor. Dacă viețele au o creștere slabă, nu se cîrnesc. Atunci cînd dorim să dăm butucilor de viță forme înalte, nu se recomandă să se facă ciupitul și cîrnitul lăstarilor.

Copcitul se repetă în anul al doilea la fel ca și în primul an. Lupta contra bolilor și dăunătorilor se face cu aceeași regularitate și după același procedeu ca și în primul an. Toamna, după ce frunzele au căzut, se desfac coardele de pe araci, tăind toate legăturile făcute. Înainte de îngropat este bine ca aracii să fie strînși și puși la adăpost. Îngropatul în al doilea an se face total, coardele avînd o creștere mai mare se taie la 10—12 ochi. Se mobilizează apoi bine solul cu cazmaua sau cu sapa în jurul butucilor. Se execută mușuroiul obișnuit, se face apoi un pat de 10—15 cm înălțime lîngă butuc pe direcția rîndului, coardele se culcă cu băgare de seamă

pe acest pat, adunîndu-se cu mîna în formă de mănunchi astfel ca încovoierea să se facă încet. Vîrful coardelor se apasă cu piciorul sau cu sapa apoi se trage pămînt peste ele pînă se acoperă total. Grosimea stratului de pămînt deasupra coardelor nu trebuie să fie mai mare de 8—10 cm.

Începînd cu **anul al treilea**, lucrările ce se aplică butucilor de viță sînt aceleași ca în anul al doilea de la plantare, pe lîngă care se mai adaugă instalarea mijloacelor de susținere a viței de vie și tăierea de formare a butucilor.

Vița de vie fiind o plantă agățătoare se cultivă susținută de araci sau spalier. Stabilirea modului de cultură se face în funcție de posibilități, costul materialului și condițiile de cultură. În cultura pe suprafețe mici, se preferă susținerea pe araci dar nu se exclude nici posibilitatea de susținere pe spalier. Cînd vița de vie se cultivă prin grădinile de lîngă casă sau pe loturile personale în cultură obișnuită, se recomandă aracii pentru susținerea viețelor. Ei pot fi din lemn de stejar, salcîm, jugastru arțar și alte specii. Lungimea lor trebuie să fie între 2—2,50 m și grosimea de 5—6 cm. Înainte de a fi folosiți se tratează baza lor, care urmează să stea în pămînt, ținîndu-se înmuiați pe o porțiune de 40—50 cm, într-o soluție de sulfat de cupru de 6—7% timp de 10—15 zile. În afară de piatră vînătă se mai poate folosi catran, gudron, carbolineum etc. Aracii se înfig în pămînt primăvara, imediat după tăierea viețelor. În cazul nostru, la un butuc se pune de regulă un singur arac. Aracii se înfig cu mîna dacă solul este moale, sau se bat cu maiul la 15—20 cm de tulpina viețelor.

Pentru spalier se folosesc bulumacii, care se fac din esențe tari, fier sau beton. Lungimea și grosimea bulumacilor din lemn sînt deosebite: cei fruntași au o lungime de 2,20—2,50 m și o grosime de 12—15 cm, iar mijlocașii de 1,80—2,20 m și grosimea de 11—13 cm. Înainte de instalarea bulumacilor, se pichetează locul, pentru ca să fie o aliniere perfectă. Bulumacii se pun la 10—12 m unii de alții sau socotim ca între doi bulumaci să se găsească 6—8 butuci. Bulumacii fruntași se pun la marginile de rînd; ei se fixează oblic, formînd un unghi de 75° cu suprafața solului; se așază în gropi adînci de 50—70 cm, apoi se bătătorește bine pămîntul. Bulumacii fruntași se ancorează, pentru a avea o stabilitate mai mare. Sîrmele se prind de bulumacii de lemn

cu scoabe. Prima sîrmă se prinde la înălțimea de 30—40 cm de pămînt sau chiar mai sus la 45—50 cm. Sîrma a doua se prinde la 35—40 cm de prima sîrmă și cea de-a treia la 50—55 cm de a doua. Se pot instala și spaliere cu 4 sîrme. Sîrmele trebuie să fie bine întinse. Se obișnuiește să se pună și sîrme duble la spalier, pentru a ușura legatul. În acest caz, lăstarii nu se mai leagă de sîrme, ci se trec între cele două sîrme și se leagă numai din loc în loc, ca să nu alunece.

Tăierea vițelor în anul al III-lea de la plantare, în cultura obișnuită, se face în felul următor: vițele care în al doilea an au fost tăiate în cepi și o cordiță se taie la 1—2 și chiar 3 coarde de 8—10 ochi, crescute din cepul de anul trecut și 1—2 sau 3 cepi. Vițele astfel tăiate rodesc aproape normal în acest an, spre deosebire de cele ce au fost tăiate în cepi, care încep să rodească de-abia în al patrulea an și foarte puțin în anul al treilea.

DIFERITE SISTEME DE TĂIERE ȘI CONDUCERE A VIȚEI DE VIE ÎN CULTURA ÎNALTĂ

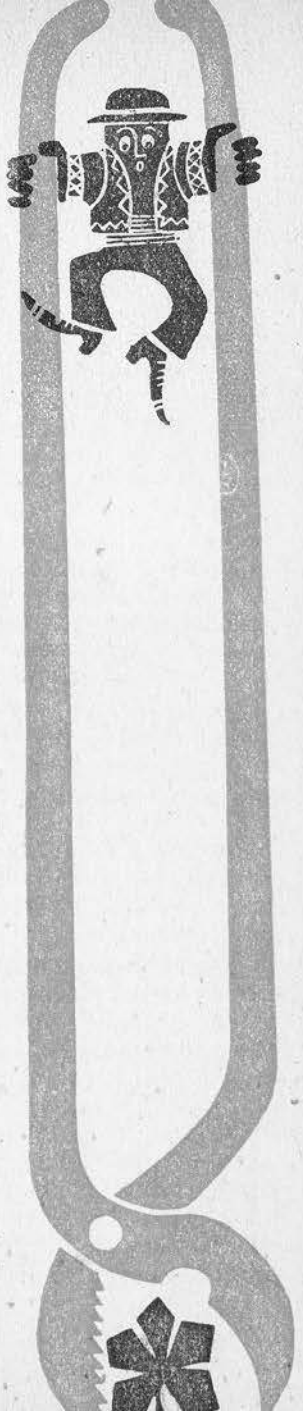
Sistemul de cultură sub formă de halingi prezintă următoarele caracteristici: vițele se plantează în general la distanțele cuprinse între 3—4 m între rînduri și 1—2 m pe rînd. Butucii sînt formați cu tulpină verticală înaltă de 1,5—2,5 m în funcție de sistemul de susținere folosit. La înălțimea de susținere, butucul are 1—3 cordoane. Pe acestea sînt dispuse elementele de rod și anume: coardele de rod ce pot avea 6—8 ochi și cepi de 2—3 ochi. După înflorit se execută plivitul îndepărtîndu-se obligatoriu lăstarii crescuți din tulpină și se răresc cei de pe cordoane. Lăstarii fertili se scurtează la 3 frunze deasupra ultimului ciorchine. La intrarea în pîrgă se execută cîrnitul. În general se folosesc numai îngrășăminte organice, dîndu-se cca. 20 tone la ha. Sistemul de susținere folosit are diferite înălțimi, de la 1,5—2,5 m și este format din bulumaci verticali, pe care se montează un grilaj de lanteți. Partea vegetativă a butucilor este susținută de grilaj, fără să mai fie nevoie de legarea lăstarilor.

Cultura viței de vie sub formă de boltă nu diferă prea mult de halingă. Bolta este alcătuită din 2 rînduri de butuci, conduși după același sistem. Scheletul de susținere a bolților este alcătuit din lanteți și sîrmă și poate fi drept sau

boltit. Pe lîngă bolțile formate din două rînduri de butuci, care sînt de fapt și cele mai răspîndite, se întîlnesc și bolți formate prin conducerea unui singur rînd de butuci. Un alt sistem de cultură înaltă este cultura pe spalieri cu o singură sîrmă. Butucii au 1—2 tulpini verticale înalte de 1,5—1,7 m și 1—2 cordoane orizontale de 1—1,2 m pe care se află elementele de rod. Cordoanele se leagă de o sîrmă orizontală, fixată pe capul bulumacilor. Elementele de rod și întregul aparat vegetativ atîrnă liber.

Sistemul palmetă. Vițele se plantează la distanța de 2,5—3 m între rînduri și 1,5—1,8 m pe rînd. Ele se conduc sub forma unui cordon vertical înalt de 1,5 m. Pe acesta, elementele de rod ale butucului sînt dispuse lateral pe ambele părți, fiind așezate într-un singur plan pe direcția rîndului. Elementele de rod, și anume, cepi de 2—3 ochi și cordițe de 5—6 ochi, alternează pe lungimea cordonului. Spalierul are înălțimea de 2—2,20 m și este prevăzut cu 11 sîrme. Prima sîrmă este simplă și 5 rînduri de sîrme sînt duble, așezate la distanța de 35 cm între ele. Fiecare viță este susținută și de un arac. Cordițele se palisează oblic sau orizontal pe sîrmele spalierului, iar lăstarii ce cresc se îndreaptă între sîrmele duble. Cordițele de la vîrful cordonului se cercuiesc orizontal, iar lăstarii ce pornesc de pe cordițele superioare se ciupesc.

Sistemul Sylvoz. Vițele se plantează la 3,6 m între rînduri și 1,20 m între



butuci sau 1,50 m între rînduri și 3 m între butuci. Sistemul de susținere este format dintr-un spalier de 2—2,2 m, pe care sînt întinse 6 sîrme. Prima sîrmă la 0,90 m înălțime, cea de-a doua la 1,20 — 1,30 m și două sîrme duble la înălțimea de 1,75—2,10 m. Cordonul se formează pe sîrma a doua la 1,20—1,30 m și poate fi condus într-o singură direcție sau în ambele direcții prin bifurcarea tulpinii. Elementele de rod formate din coarde de 10—12 ochi sînt dispuse pe cordon la 20—30 cm unele de altele. Coardele se cercuiesc, capătul lor se leagă de prima sîrmă a spalierului. Lăstarii se palisează în timpul vegetației vertical, prin dirijarea lor între sîrmele duble, așezate la 1,75 și 2,10 m. Sistemul acesta este recomandat pentru soiurile de masă.

În general, formele înalte de cultură, deoarece rămîn neprotejate în timpul iernii, nu se folosesc decît în localitățile unde gerurile nu sînt puternice sau pe locuri adăpostite. Din această cauză, la alegerea formelor de cultură înaltă, trebuie să se țină seama de condițiile climatice, adică de intensitatea gerurilor din timpul iernii.

PROTECȚIA VIȚEI DE VIE CONTRA BOLILOR ȘI DĂUNĂTORILOR

Vița de vie este atacată în special de mană, de făinare, precum și de o serie de dăunători ca: filoxera, larva cărăbușilor, păianjenul roșu, moliile strugurilor etc. Mana viței de vie este boala cea mai periculoasă. Ea atacă toate părțile verzi ale viței, care apoi se usucă, producția se micșorează, lemnul rămîne necopt și rezistența la ger scade. Mana apare pe frunze sub formă de pete untdelemnii. Atacul este provocat de o ciupercă care pătrunde prin stomate, pe timp de ploaie. Pe partea inferioară a frunzelor, petele sînt acoperite cu un puf alb, format din organele de înmulțire ale ciupercii. Atacul de mană se poate opri prin stropiri, dar nu se poate combate o dată ce s-a produs; tratamentul este numai preventiv și nu curativ. Pentru aceasta, vița se stropește de mai multe ori pe vară. Stropitul se face cu zeamă bodeleză. Prepararea zemei bordeleze se face dizolvîndu-se sulfatul de cupru în jumătate din apa necesară la stropit. Varul se stinge separat în restul de apă. Soluția de sulfat de cupru se toarnă încet peste cea de var. Cînd se întrebuințează pasta de var stins, aceasta se ia în cantitate dublă față de cantitatea de sulfat de cupru folosită. Se stropește mai des sau mai rar,

după cum cad ploile. În general, viile tinere, în primii ani de la plantare se stropesc des, aproape săptămînal. Viile care au intrat pe rod se stropesc în anii ploioși de 5—6 ori, iar în cei mai puțin ploioși — de 3—4 ori. Stropirile se fac la apariția inflorescențelor pe lăstari, înainte de înflorit, imediat după înflorit și cînd bobițele de struguri se scutură de corolă. Dacă atacurile sînt de la început mai intense, se aplică 2 stropiri înainte de înflorit; cînd intensitatea atacurilor survine după înflorit, se aplică, în faza de creștere a boabelor, trei stropiri. Soluția folosită la stropiri împotriva manei viței de vie are concentrații diferite. La început, cînd nu este pericol mare de atac, cît și în viile tinere, concentrația poate fi de 500 g sulfat de cupru, 250 g var nestins și 60—75 g alaun la 100 l apă. Cînd atacurile se intensifică și înaintăm în vară, concentrația crește pînă la 750 g sulfat de cupru, 375 g var nestins, 100 g alaun — la 100 l apă. La atacuri și mai puternice, pentru a le preveni mai sigur, se poate ajunge pînă la 1 kg sulfat de cupru și 500 g var nestins cu 200 g alaun — la 100 l apă. Stropitul se face cu pompe de stropit purtate de om în spate. Se vor stropi frunzele pe partea superioară și pe cea inferioară, de asemenea lăstarii și inflorescențele sau strugurii cînd este cazul.

Făinarea sau oidiumul este o boală care atacă frunzele, lăstarii, ciorchinii și mai ales boabele viței de vie. Ea apare sub forma unui praf cenușiu deschis, care acoperă părțile atacate și care se șterge ușor, lucru care îl deosebește de mană. Atacul de oidium este însoțit de un miros greu de mucegai. El apare pe timp secetos. Cînd atacul este puternic, bobițele făinate crapă. Atacurile de oidium se pot preveni și combate. Ca măsuri de prevenire și de combatere a oidiumului se folosește floarea de sulf (pucioasă praf) sau sulful muiabil. Prăfuirea se face dimineața pe răcoare sau înspre seară, cu mașini speciale, astfel ca sulful să se așeze uniform pe toate organele. După ce vița a intrat în vegetație se stropește cu sulf muiabil în concentrație de 0,4%, putîndu-se amesteca cu zeamă bordeleză de la primul stropit sau se poate prăfui cu floare de sulf (pucioasă praf). Un al doilea prăfuit se poate face în timpul sau în preajma înfloritului. Al treilea prăfuit se face în faza de creștere a bobițelor dacă atacul de oidium continuă și se întinde pe bobițe.

Printre insectele cele mai periculoase citãm: filoxera, moliile strugurilor și larva cărăbușului de mai.

Filoxera este cel mai mare dușman al viței de vie. Ea este o insectă foarte mică, care abia se observă cu ochiul liber. Trăiește mai mult pe rădăcinile viței, iar la vițele portaltoi, pe frunze. Prin înțepăturile pe care le face pe rădăcini ea le distruge și vițele mor în timp scurt. Combaterea filoxerei astăzi se face numai prin altoirea vițelor roditoare pe vițe portaltoi, ale căror rădăcini rezistă la atacul filoxerei.

Moliile viței de vie sînt Cochilysul și Eudemisul care atacă în general în 3 momente, avînd 3 generații pe an. Prima generație atacă inflorescențele în timpul înfloritului; cea de-a doua atacă bobițele verzi, cea de-a treia, care este și cea mai păgubitoare, atacă strugurii copți, degradîndu-i complet. Atacul este produs de fapt de viermii acestor molii. Sînt atacate în mod deosebit soiurile de masă, cu ciorchinii îngrămădiți cu boabe dese. Combaterea se face prin stropiri cu soluții arsenicale sau de tutun în concentrație de 150—200 g la 100 litri apă.

Larva cărăbușului de mai atacă în special tulpinița portaltoiului sau lăstarul altoiului, în viile tinere. Combaterea se face prin culegerea larvelor, iar dacă la plantare se observă larve, se prăfuiește groapa cu nitroxan (hexatox). Doza recomandată la plantat este de 1—3 g la groapă hexatox 3% sau pînă la 5 g hexatox la 1,5%.

RECOLTAREA STRUGURILOR

Recoltarea strugurilor de masă, cultivați în grădinile de pe lîngă case pentru consum familial, nu pune probleme deosebite. Totuși este bine să se cunoască unele reguli de care trebuie să se țină seama, atunci cînd se culeg strugurii de masă. Astfel: culesul se face la data coacerii depline, cînd boabele au căpătat culoarea și eventual aroma specifică soiului. Strugurii trebuie să conțină minimum 150—160 g/l zaharuri și 4—5 g/l aciditate totală; adică să fie bine copți și plăcuți la consum. Dacă nu se culeg la timp, ei își pierd din calitățile lor gustative și se depreciază ca valoare.

Trebuie să se țină seama, de asemenea, ca strugurii să nu fie culeși incomplet copți; prin păstrare ei nu se mai coc, cum se întîmplă cu unele fructe (mere, pere etc.).

Cînd în grădină avem mai multe soiuri de masă, ele se vor culege eșalonat, pe măsura coacerii. Culesul strugurilor se face pe timp frumos, uscat, iar după ploaie nu se culeg, pînă nu se zvîntă bine. Strugurii culeși umezi putrezesc repede. La cules se ține seama să nu se scuture boabele și să nu se șteargă pruina de pe bobițe, pentru a nu le deprecia valoarea lor comercială, în caz că se valorifică.

Atît strugurii pentru consum în stare proaspătă, cît și cei ce urmează a fi păstrați peste iarnă, după ce se culeg, se lasă întîi să se zvînte, așezîndu-se în lăzi deschise fără a se presa, evitîndu-se strivirea boabelor, scurgerea mustului și alterarea strugurilor, urmînd ca apoi strugurii să ia destinația ce le-a fost hotărîtă.

FLORICULTURA

FLORICULTURA ÎN CASĂ ŞI GRĂDINĂ

Oamenii prin natura lor iubesc florile, lucru dovedit cu prisosinţă prin faptul că le întîlnim din cele mai vechi timpuri în arta noastră populară. Ferestrele caselor de la ţară cît şi grădiniţa din jurul casei sînt împodobite cu flori unele mai frumoase ca altele. Necesitatea prezenţei florilor o resimt şi orăşenii astfel că ei transformă balcoanele şi terasele celor mai înalte blocuri în adevărate grădini suspendate.

În rîndurile ce urmează vom căuta să-i ajutăm pe acei mulţi iubitori ai florilor în frumoasa lor pasiune de mici cultivatori, pentru ca rezultatele obţinute să fie cît mai bune şi să constituie un imbold pe mai departe.

CÎTE CEVA DESPRE CARACTERISTICILE GENERALE ALE FLORILOR

Florile pe care în mod obişnuit le cultivăm în grădina din jurul casei sînt în general flori erbacee: anuale, bienale sau vivace. Mai este o categorie de plante, şi anume plantele de apartament, care sînt mai gingaşe şi deci nu pot rezista gerurilor de la noi din timpul iernii şi care în mod obligatoriu vor trebui adăpostite în casă sau în orice încăpere călduroasă, bine aerisită şi luminoasă. Se mai pot adăuga plantele lemnoase decorative prin flori sau prin frunze, dar care sînt rezistente la ger şi pot ierna afară.

Florile anuale au caracteristic faptul că pot creşte foarte repede şi au o cultură destul de simplă şi de uşoară. Dacă sînt semănate în primăvară, cresc şi înfloresc în timpul verii; pînă toamna fac sămînţă şi apoi pier odată cu venirea iernii.

Florile anuale sînt puţin pretenţioase în întreţinerea lor şi multe dintre ele se pot semăna direct în grădină, pe brazde.

Ele au o durată de înflorire variabilă. Unele înfloresc un timp mai îndelungat, altele numai 2—3 săptămîni.

Florile bienale, în mod obișnuit, nu înfloresc în anul în care au fost semănate, ci abia în anul următor. Acestea înfloresc din plin în primăvară sau în vară, după care pier imediat după ce s-a copt sămînța.

La fel ca și la florile anuale, florile bienale înfloresc tot o singură dată.

Florile vivace (perene), spre deosebire de cele anuale și bienale, înfloresc mai mulți ani de-a rîndul și au rezistență mare la ger.

Florile cultivate în regiunile de șes produc foarte bine semințe spre deosebire de cele cultivate în regiunile de deal, la care în mare măsură sămînța rămîne necoaptă. Florile care sînt cultivate însă în regiunile de deal au marele avantaj că înfloresc abundent, fac flori mari și foarte frumos colorate, iar înflorirea e de mai lungă durată.

Majoritatea florilor pot fi semănate direct pe straturi în grădină, însă semănate în răsadnițe au o înflorire mai îmbelșugată și mai timpurie. Altele se seamănă din toamnă direct pe brazde, iar rezultatul e că se obțin plante viguroase, cu înflorire bogată și mai timpurie, spre deosebire de cele semănate în primăvară, care au însușiri inferioare.

Florile cultivate în mod obișnuit de noi pentru înfrumusețarea grădinilor din jurul locuinței își au obîrșia în toate părțile lumii. Pentru acest motiv e necesar să cunoaștem condițiile de mediu în care s-au format, pentru a ști cum să le cultivăm și cum să le asigurăm condiții de viață cît mai potrivite. Desigur că niciodată nu va trebui să cultivăm plante de apă pe locuri scurse, uscate, sau plante care au nevoie de o temperatură mai scăzută într-o regiune prea călduroasă, căci, în felul acesta niciodată nu vom obține rezultate satisfăcătoare.

Ținînd seama de originea florilor se poate să dirijăm factorii principali de creștere care sînt: căldura, lumina, umiditatea, hrana și aerul, și să putem produce plante cît mai frumoase.

Reușita în cultivarea florilor este determinată în mare măsură de dibăcia alegerii solului sau de a face un amestec de pămînt potrivit, cînd cultura se va face în ghivece sau răsadnițe. Dar și solul parcelei sau brazdelor unde vom cultiva flori, chiar dacă are o fertilitate naturală ridicată și

însușiri bune, are totuși nevoie de o îmbunătățire sistematică, printr-o lucrare corectă și prin folosirea de îngrășăminte organice și minerale.

La semănat vom folosi pămînt ușor, nisipos, cu mraniță și pămînt de frunze. Pe măsură ce plantele cresc, în cazul culturilor în ghivece, se vor da amestecuri de pămînt cu un conținut tot mai ridicat de pămînt de țelină.

Florile secătuiesc foarte mult solul. Pentru a îmbunătăți hrănirea lor se introduce în sol bălegar bine descompus, mraniță, compost și îngrășăminte chimice cu acțiune foarte rapidă. În condiții proaste de sol, florile se dezvoltă greu, cresc pipernicite și înfloresc foarte slab.

Îngrășămintele cu azot se vor folosi pentru o creștere puternică a tulpinilor și frunzelor. Pentru ajutarea înfloririi vom folosi îngrășăminte fosfatice, iar pentru a mări rezistența la ger și lemnificarea tulpinilor sînt necesare îngrășămintele potasice.

La lucrarea solului pentru culturile de flori se introduce mraniță în cantitate de 2—3 kg pe metru pătrat și îngrășăminte minerale în următoarele cantități: 9 g azotat de amoniu, 15 g superfosfat și 6 g sare potasică pentru un metru pătrat.

După împrăștierea îngrășămintelor se sapă pentru ca ele să se amestece cît mai bine cu pămîntul.

O condiție importantă pentru o folosire cît mai bună a îngrășămintelor este ca plantele să fie în permanență bine udate, iar după udări solul să se prășească.

Plantele perene se îngrașă prin împrăștierea a: 50 g azotat de amoniu, 35 g superfosfat și 15 g sare potasică la 1 m², după care se încorporează în sol prin prășit.

ÎNMULȚIREA PLANTELOR FLORICOLE

Înmulțirea este o însușire a tuturor organismelor vii. Plantele se pot înmulți pe două căi și anume: pe cale sexuată sau prin semințe și pe cale asexuată sau vegetativă cum sînt butașii, marcotele, drajonii, părți de tufă, tuberculi, bulbi și prin altoire.

Plantele anuale, ca și o mare parte din plantele bienale, se înmulțesc prin semințe. Plantele perene se înmulțesc atît prin semințe cît și pe cale vegetativă.

Plantele anuale volubile (cele care se răsucesc pe suport) se înmulțesc prin semințe, iar majoritatea plantelor perene volubile prin butași.

Înmulțirea prin semințe. Înmulțirea prin semințe se face pe două căi și anume: semănîndu-se direct pe teren, pe brazde, sau pregătind răsad. Înmulțirea prin răsad se face prin plantele cu o perioadă de vegetație mai lungă decît numărul zilelor călduroase din an.

Semănatul la locul definitiv. Locul unde vom face semănătura se va pregăti săpînd bine pămîntul și mărunțindu-l. Cu toate că florile anuale sînt mai puțin pretențioase, ele vor crește însă mult mai frumoase, mai viguroase și vor înflori mai bogat dacă le vom cultiva într-un pămînt mai hrănitor.

Înainte de a face semănatul la locul definitiv, vom mărunți bine suprafața solului. Primăvara nu vom săpa adînc pămîntul, pentru a-l feri de uscăciune. După ce am netezit bine cu o greblă suprafața locului de semănat, facem șănțulețe paralele mai mult sau mai puțin adînci. Depărtarea între șănțulețe depinde de creșterea generală a speciei, iar adîncimea lor de mărimea seminței. Depărtarea între șănțulețe variază între 20 și 40 cm și chiar mai mult. După semănat sămînța se acoperă cu puțin pămînt.

Ca regulă generală se recomandă ca grosimea pămîntului cu care se acoperă semințele, să fie încă odată grosimea acestora. Aceasta se referă mai mult la semințele mărunte. Semințele mai mari de 2 mm în diametru se pot acoperi cu un strat de pămînt mai gros. Semințele mari se acoperă cu pămîntul rezultat din șănțulețe; pentru cele mărunte se prepară un pămînt bogat, cernut, amestecat cu mult nisip. Spre a pune sămînța bine în contact cu pămîntul, cînd semănatul se face în pămînturi ușoare și mai ales primăvara tîrziu, după acoperirea ei este necesar a se apăsa cu o bucată de scîndură suprafața locului însămînțat. Se stropește apoi bine însă cu băgare de seamă, spre a nu dezveli semințele.

Semănatul pe brazde pentru obținerea răsadului. Semănatul pe brazde anume pregătite, se deosebește de cel făcut la locul definitiv, căci se seamănă mai des și de aici plantele (răsadul) se replantează unde avem nevoie, la distanțe mai mari. Aceste brazde se fac în locuri adăpostite primăvara după încetarea brumei sau în timpul verii cînd solul poate să se încălzească repede. Se cere ca pămîntul să fie permeabil și humos.

Cînd semănătura a ieșit prea deasă, se va repica adică micile plante se vor planta în alte cutii la distanțe mai mari, spre a obține mai tîrziu plante viguroase.

Semănatul în răsadniță. Prin luna martie începem semănatul plantelor anuale în răsadnițe calde, iar pe la începutul lui aprilie continuăm în cele reci. Pînă la începutul lunii mai obținem plante crescute viguros, bune de plantat afară, la locul definitiv.

Cel mai întrebuințat mod de semănat este cel prin împrăștiere însă la unele specii se întrebuințează cu mult succes și cel în rînduri. Semănăturile de regulă se repică pentru ca locul din răsadniță să fie bine întrebuințat. Semințele se acoperă ceva mai subțire ca afară, cu un strat de pămînt de mraniță bine putrezit și amestecat cu mult nisip. Se apasă de asemenea suprafața însămînțată cu o scîndură și nu se uită etichetatul. Pînă la încolțirea seminței răsadnița se poate ține umbrită sau chiar în întuneric. Imediat după răsărirea plantelor, în timpul zilei, trebuie să se ia de pe geamuri orice acoperămînt care ar împiedica pătrunderea luminii în răsadniță. În timpul nopții răsadnițele se învelesc cu rogojini sau obloane. Pentru a împiedica alungirea plantelor, pe lîngă lumină cît mai multă, e nevoie și de aer. Lipsa de primenire a aerului favorizează apariția bolilor, care găsesc în aerul închis și umed din răsadniță mediul cel mai prielnic pentru dezvoltarea lor. De aceea ori de cîte ori timpul ne permite, trebuie să aerisim.

În cultura la răsadniță pe pat cald, udatul se face cu o atenție deosebită. În special trebuie să ne temem de umezeala prea mare, care poate provoca putrezirea plantelor.

Nu trebuie niciodată să așteptăm ca plantele să se ofilească ci udăm cînd pămîntul a început să se usuce la suprafață. Semănăturile și plantele tinere se udă mai puțin, însă mai des și cu stropitoarea cu sită, pe cînd cele mari, mai rar și mai abundent.

Repicatul răsadului. Sub această denumire înțelegem rărirea răsadului des, spre a-i da un spațiu mai mare, unde el poate crește în voie mai departe. În acest scop scoatem cu atenție tot răsadul sau numai pe cel de pe locul unde este prea des, transplantîndu-l tot în răsadnițe la distanța de 7—8 cm, distanță ce ar prezenta spațiu suficient de creștere pînă la plantarea la locul definitiv.

Prin repicare (răsădire) plantele își înmulțesc rădăcinile, așa că prinderea lor la plantarea la locul definitiv va fi mai ușoară. Fiind puse la oarecare depărtare unele de altele și primind mai multă lumină și aer, plantele se fortifică și rămîn mai scurte și mai viguroase. Dacă nu se răsădesc, plantele se lungesc mult, cresc slabe și galbene.

Înmulțirea vegetativă. Prin înmulțirea vegetativă sau asexuată se înțelege înmulțirea plantelor folosind părți vegetative ca: butași, marcote, drajoni, părți de tufă, bulbi, tuberculi și altoire.

Înmulțirea prin divizarea tufei este cea mai răspîndită. Plantele care înfloresc primăvara se divid toamna, iar cele care înfloresc toamna se divid primăvara. Divizarea trebuie făcută cu atenție căci altfel se stînjenește înflorirea (bujorii înfloresc după 2—3 ani).

Înmulțirea prin divizarea rizomilor se face la Canna după ce au încolțit sub parapete, sau la stînjenei înainte de a încolți. Se taie bucăți în rizomi care să aibă și 1—2 muguri.

Înmulțirea prin divizarea tuberculilor se face la gherghine. Înainte de divizare tuberculii se pun la încolțit într-o încăpere caldă unde se stropesc. Despărțirea se face în așa fel încît fiecare tubercul trebuie să aibă și o bucățică din tulpină cu 1—2 muguri. Se plantează apoi la ghivece sau, dacă timpul permite, se plantează direct în grădină.

Înmulțirea prin drajoni se face despărțind primăvara lăstarii porniți din rădăcini (drajonii). Plantele obținute din drajoni au tendința să formeze mai departe drajoni.

Înmulțirea prin stoloni se face la plantele care formează tulpini subțiri, tîrîtoare sau suspendate care se termină cu mici plante noi. Acestea se înrădăcinează ușor, transformîndu-se în plante de sine stătătoare. După înrădăcinare desfacem noile plăntuțe de planta mamă.

Înmulțirea prin marcote se realizează prin îndoirea lăstarilor de 1 an, care înrădăcinează pe porțiunea prinsă în pămînt. Cînd s-au format suficiente rădăcini, marcota se desparte de planta mamă devenind plantă de sine stătătoare. Se mai pot obține marcote înrădăcinate prin mușuroirea tufelor cu pămînt precum și prin înfășurarea tulpinilor cu mușchi umed.

Înmulțirea prin butași se face punînd la înrădăcinat o porțiune din tulpină, din rădăcină sau de frunză, separate de planta mamă.

Butășirea în verde. Sub această denumire înțelegem punerea la înrădăcinare a unui lăstar în timpul vegetației care nu este prea crud. El se fasonează la o lungime de 5—8 cm, înlăturîndu-se frunzele de la bază, iar pe cele următoare le reducem de la o treime pînă la jumătate din lungime (cînd sînt prea mari).

Lăstarul astfel pregătit se plantează la fel ca un răsad, în nisip curat, dacă se poate chiar spălat, fie în ghivece, cutii, în înmulțitor, în seră sau chiar în răsadniță pregătită în acest scop. Butașii se repică la 3—4 cm unul de altul, înfigîndu-i numai atît de adînc în nisip, cît au nevoie să stea drepți. Apoi se udă bine. Fie în seră, fie în răsadniță ei trebuie ținuți în aer închis adică nu li se vor face aerisire pînă cînd nu s-au înrădăcinat. Se procedează ca la înrădăcinarea răsadului, însă cu deosebirea că înrădăcinarea butașilor va dura mai mult, între 1 pînă la 2 săptămîni. În acest timp se va avea grijă să se mențină echilibrul între evaporația lăstarului și absorbția apei din nisip.

Butașii de rădăcină. În vederea acestei înmulțiri se scot plantele din pămînt, li se spală rădăcinile, se taie cele groase, pe care le punem în înmulțitor printr-un pămînt nisipos și se acoperă ușor.

Această lucrare se face în timpul iernii, cînd plantele sînt în repaus. În primăvară vom avea noi plante pentru plantat în grădină.

Butașii din frunze sau din fragmente de frunze se fac ușor și sînt foarte productivi. Se pot înmulți pe această cale destul de multe plante. La butașii din frunză pețiolul se înfige în nisip.

Fragmentele din frunză se obțin prin împărțirea frunzei de-a lungul nervurilor principale, în trei sau mai multe bucăți, după mărimea ei. Se plantează apoi aceste fragmente în nisip cu partea de la bază în jos.

Butașii din fragmente de tulpină se fac punînd la înrădăcinat în nisip bucăți de tulpină lungi de 3—4 mm. Se îngroapă în nisip cam la 2 cm adîncime.

După trecerea cîtorva săptămîni, mugurii laterali vor apare formînd lăstari iar butașii vor forma rădăcini la baza lor. Butașii din muguri se fac la hortensie tăind ramurile în

bucăți cu cîte doi muguri opuși, în așa fel încît să rămînă deasupra și dedesubtul mugurilor cîte 1—2 cm din ramură. Aceste bucăți se taie de-a lungul în două bucăți egale, fiecare cu cîte un mugure, și le curățim măduva. Butașii astfel pregătiți se pun în nisip cu tăietura în jos și-i acoperim.

Butașii din solzi se fac toamna la crini. Solzii desfăcuți de pe bulbi se plantează într-un pămînt mai ușor în șanț după care se acoperă cu un strat subțire de pămînt, de asemenea ușor. La baza solzilor se vor forma mici bulbișori.

Înmulțirea plantelor prin altoire. Altoirea este una din cele mai răspîndite metode de înmulțire vegetativă a plantelor. Ea constă în aceea că se transplantează de la o plantă un mugure sau o porțiune de tulpină numită altoi, pe o altă plantă numită portaltoi.

Prin altoire putem să scurtăm perioada de vegetație sau să altoim soiuri cu creștere slabă pe portaltoi cu creștere puternică.

LUCRĂRILE DE ÎNGRIJIRE A CULTURILOR

Îngrijirea plantelor este foarte ușoară și simplă. Ea se limitează la udat prășit, plivit de buruieni, iar la unele specii ajutarea creșterii cu îngrășăminte lichide.

Udatul florilor nu se face prea des, însă se dă apă multă, adică pămîntul nu se stropește puțin pe deasupra, așa cum se face de obicei, ci în așa fel încît apa să pătrundă de la partea de sus devenită uscată pînă la partea de jos încă umedă.

Prășitul. O lucrare principală la întreținerea florilor este prășitul, adică spargerea crustei care se formează la suprafața pămîntului bătătorit de ploi și udat și afînarea acestuia. Prin frămîntarea crustei solului se înlesnește pătrunderea aerului, apei și căldurii la rădăcinile plantelor.

Ciupitul. Unele plante au nevoie de a fi ciupite, adică tăiate puțin la vîrful lor spre a se ramifica. Prin acest procedeu planta va crește ramificată, va forma mai multe flori deodată, avînd astfel o înfățișare mai frumoasă.

Trierea florilor trecute. Pe cînd unele plante înfloresc o singură dată abundent și apoi mor, altele înfloresc treptat, uneori neîntrerupt pînă aproape de căderea brumei. La categoria celor dintîi nu se poate face nimic sau foarte puțin, spre a reacționa la o a doua înflorire, pe cînd la cele cu o înflorire treptată, se obține prin tunderea florilor trecute, o nouă înflorire bogată și de durată mult mai lungă.

Copilitul este operația de înlăturare a lăstarilor laterali care nu sînt capabili să dea flori mari și frumoase. Copilitul trebuie să se facă la vreme, adică atunci cînd lăstarii sînt cruzi ca să nu se producă o rană prea mare. Suprimarea lăstarilor se face prin răsucire sau ciupire cu unghia.

Tunsul plantelor se aplică la plantele din mozaicuri, pentru a nu da în floare și pentru a ieși în evidență desenul mozaicului. Se mai tund de asemenea bordurile și gardurile vii.

Palisatul plantelor se face la cele cu tulpini înalte pe tutori bine înfipți în pămînt. Se mai palisează și plantele volubile.

Îngrășarea culturilor. La plantele care au nevoie de un pămînt hrănitor, facem îngrășarea culturilor în timpul pe-

rioadei de vegetație întrebuințînd îngrășăminte sub formă lichidă, mai rar sub alte forme. O regulă generală în ce privește întrebuințarea îngrășămintelor la plantele anuale în timpul vegetației nu se poate stabili, căci pretențiile diferitelor specii sînt variate. Plantele cu o creștere înceată nu au nevoie de multe materii hrănitoare, ca cele cu creșterea viguroasă. Acestea din urmă, a căror înălțime poate atinge mai mulți metri într-un an, pentru a obține plante frumoase și bine dezvoltate, au nevoie de a fi ajutate cu îngrășăminte lichide.

Îngrășămintele cu azot se întrebuințează pentru creșterea frunzelor și formarea mugurilor, cu un cuvînt la creșterea viguroasă și sănătoasă a plantei, pe cînd cele cu fosfor pentru o înflorire bogată, colorit mai intens al florilor și la formarea semințelor, cele cu potasiu pentru formarea țesutului lemnos, ce dă plantei o rezistență cît mai bună. Plantele din familia leguminoaselor nu au nevoie de îngrășăminte azotoase, deoarece prin întrebuințarea lor cresc frunze multe și mari, în dauna înfloririi.

Îngrășămintele sînt de proveniență organică și chimică. Toate se întrebuințează diluate cu multă apă și mai puțin în stare solidă și atunci împrăștierea se face într-un strat foarte subțire pe sol printre plante.

Printre îngrășămintele organice cele mai întrebuințate sînt: urina de grajd, 1 parte urină, 10 părți apă, balegă de vite cornute, gunoiul de păsări, mai ales cel de porumbei, făina de oase, făina de carne și sîngele de vite.

Majoritatea acestor îngrășăminte răspîndesc un miros neplăcut și de aceea se evită cît mai mult întrebuințarea lor și sînt înlocuite cu cele chimice. Acestea fiind foarte concentrate, curate și fără miros, se întrebuințează în doze foarte slabe, de 4—5 g la litru de apă, aplicîndu-se o dată pe săptămînă.

Îngrășămintele chimice întrebuințate sînt: superfosfatul, sarea potasică și azotatul de amoniu.

Ele se întrebuințează cel mai rațional dizolvate în apă, udînd cu soluții de 4—5 g de îngrășămînt chimic la 1 litru apă. Mai concentrate sînt vătămătoare pentru unele specii. Spre a preîntîmpina o greșeală în această direcție e mai prudent să se ude plantele cu o soluție de 1 g la 1 litru de apă. Cu soluții așa de slabe se pot uda plantele aproape zilnic,

mai ales cele din ghivece, pe cînd cele mai concentrate, de 3—4 g, se dau numai o dată sau de două ori pe săptămînă.

Udatul plantelor în ronduri sau brazde de îngrășăminte se face pe timp noros sau seara, evitînd timpul călduros cu soare. După ce s-a dat îngrășămîntul, se stropesc bine plantele cu apă curată, spre a spăla părțile atinse cu soluție.

Dacă se introduce îngrășămîntul în pămînt sub formă de pulbere prin prașilă, întrebuințăm cel mult 50 g pe 1 m² în soluri neîngrășate. După împrăștierea uniformă a îngrășămîntului se udă pătrunzător.

Protecția împotriva brumelor toamna tîrziu se face în timpul nopții prin acoperirea rondurilor mai mici cu hîrtie sau pînză, iar dacă avem geamuri de răsadniță se fac adăposturi demontabile deasupra brazdelor cu flori.

Iernarea plantelor se face în funcție de natura lor. Plantele care nu rezistă la ger se scot și se păstrează în încăperi ferite de îngheț. În categoria aceasta se includ, gherghinele, tuberozele, gladiolele etc. Plantele perene rezistă foarte bine la ger, însă putem să le acoperim cu frunze uscate, mraniță, turbă, nisip uscat etc. Această acoperire se face după ce pămîntul a înghețat, primăvara materialul de protecție înlăturîndu-se înainte de a intra plantele în vegetație. Părăluțele și panselele se pot acoperi peste iarnă cu frunze uscate. Zăpada așezată într-un strat uniform este de asemenea un foarte bun material de protecție.

BOLILE ȘI DĂUNĂTORII PLANTELOR FLORICOLE

Împotriva atacurilor de boli și dăunători cel mai nimerit este să aplicăm lucrările agrotehnice la vreme, să îngrășăm și să udăm cît mai bine pentru a avea plante viguroase și sănătoase, căci numai acestea rezistă mai bine aproape la toate atacurile. E mult mai ușor să prevenim bolile, decît să le tratăm.

Dăunătorii cei mai des întîlniți și mai periculoși sînt:

Păianjenul roșu (cleștarul) se localizează în special pe partea inferioară a frunzelor; e foarte mic și de culoare cărămizie. Cleștarul suge sucul frunzelor. Prezența lui se constată după păienjenișul alb fin, care apare pe frunze. Se înmulțește foarte ușor la aer uscat și temperatura ridicată.

Se combate prin stropiri abundente cu apă rece, prăfuiri cu floare de pucioasă, extract de tutun și soluție de săpun cu infuzie de pyrethrum în alcool. Dau rezultate foarte bune stropirile cu paration, 0,1— 0,2%.

Tripsul e un dușman tot atît de periculos ca și cleștarul. Mijloacele de luptă sînt aceleași ca și la păianjenul roșu.

Păduchii de frunze se localizează pe partea inferioară a frunzelor și pe lăstarii tineri. Se combat prin stropire cu zeamă de tutun 0,7% la care se adaugă săpun verde în proporție de 4 g la 1 litru de zeamă. Se mai combat prin prăfuire cu DDT sau hexacloran. Sînt foarte eficace stropirile cu Nicotox 0,4% și paration 0,1— 0,2%.

Păduchii țestoși sînt periculoși în special pentru plantele de apartament. Ei pot acoperi întreaga plantă. Larvele foarte mici ies de sub carapace și invadează întreaga plantă. Atacul se observă totdeauna prea tîrziu. Se combat prin stropirea plantelor cu zeamă de tutun 0,7% și săpun, cu adaus de spirt denaturat. Se combat cu rezultate bune prin pensularea plantei atacate cu paration 0,2%.

Puricii de pămînt atacă la sfîrșitul primăverii, începutul verii plantele tinere, în special mixandrele. Ei apar mai ales pe timp cald și uscat.

Se combat prin udarea puternică a solului și a plantelor (nu suportă umezeala), presărarea plantelor cu cenușă, prăfuire cu praf de tutun etc. Se combate de asemenea prin prăfuirea solului cu DDT sau hexacloran.

Viermii sîrmă atacă rădăcinile plantelor și formează pe ele umflături în care și trăiesc. Ei atacă în timpul verii. Se pot fixa de asemenea pe tulpini, frunze și alte părți ale plantei.

Plantele atacate se ard iar solul se dezinfectează, cu rezultate bune, cu hexacloran 4 g la 1m².

Coropișnițele produc mari pagube rozînd rădăcinile plantelor. Se combat prin momeli otrăvite sau capcane cu bălegar.

Melcii atacă plantele în special noaptea. Se adună din culturi sau se împrăștie printre plante praf de var, cenușă etc.

Șoarecii distrug semănăturile din sere și răsadnițe. Se combat prin momeli otrăvite sau capcane.

Bolile plantelor mai des întîlnite în culturi sînt: făinarea, rugina plantelor, înnegrirea bazei tulpinii etc., precum și virozele.

Făinarea apare pe suprafața frunzelor, lăstarilor și la foarte multe plante pe flori, dîndu-le un aspect pîslos de culoare albă. Boala e favorizată de schimbările bruște de temperatură, precum și de uscăciunea excesivă a aerului.

Se combate prin prăfuire repetată cu floare de pucioasă. Prăfuirea se face dimineața și seara pe rouă sau după o stropire cu apă.

Mana plantelor apare pe frunze sub formă de pete gălbui, pe care mai apoi se dezvoltă o pîslă albicioasă, care se transmite mai tîrziu la tulpini și flori. Cînd boala e mai avansată frunzele se usucă și florile cad. Se combate prin strîngerea și arderea plantelor atacate. Restul tratamentului constă în stropiri cu zeamă bordeleză 0,3%.

Rugina apare numai pe anumite plante atacînd în special plantele de pe soluri sărace. Atacă cu deosebire garoafele, gura leului, trandafirul. Bobocii plantelor atacate nu înfloresc. Se combate prin stropire cu zeamă bordeleză (1%).

O măsură preventivă este aplicarea de îngrășăminte care ajută o mai bună creștere a plantelor, în felul acesta devenind rezistente la boală.

Înnegrirea coletului sau căderea plăntuțelor. Boala atacă plantele în faza creșterii primelor frunzulițe, provocînd înnegrirea și căderea răsadului.

Tulpinile devin subțiri ca o ață și răsadul piere.

Dezvoltarea bolii este favorizată de un timp răcoros și umed, de solul greu jilav, de desimea prea mare a plantelor, de lipsa de lumină și udatul excesiv. Boala se întinde foarte repede pe timp ploios. Pe solurile proaspăt îngrășate se observă infectarea mai puternică a plantelor decît pe soluri neîngrășate. Pot fi atacate și plantele mature.

Măsurile de combatere: arderea plantelor bolnave, aerisirea, încetarea udatului, schimbarea pămîntului infectat, presărarea de cenușă, plantarea rară, alegerea de soiuri rezistente la boală, prevenirea vătămării coletului, presărarea cu sulf a locului infectat etc.

Putrezirea butașilor și puieților este o boală care acoperă suprafața butașilor cu un mucegai alb, care pătrunzînd în butași provoacă putrezirea lor.

Ca mijloace preventive se va schimba în fiecare an nisipul și se vor dezinfecta pereții și restul utilajului prin

stropiri cu o soluție de piatră vînătă 0,3%. De asemenea se va uda cu apă fierbinte locul înainte de plantarea butașilor iar lădițele cu butași se vor aerisi sistematic.

PLANTE FLORICOLE ANUALE

Gura leului *(Antirhinum)*

Plantă erbacee cultivată ca plantă anuală. Foarte mult răspîndită în cultură, atît pentru împodobirea grădinilor cît și pentru a servi ca floare tăiată. Înălțimea plantei variază între 20 și 80 cm iar tulpinile se ramifică de la bază. Florile sînt diferit colorate, începînd cu alb curat, apoi roz, galben roșu-rubiniu, albastru-violet.

Gura leului este una din cele mai plăcute plante de grădină, deoarece înflorește abundent și aproape neîntrerupt pînă la îngheț. Afară de aceasta, soiurile fiind înalte, pe lîngă că se întrebuințează în grupe mari și platbande, dau un foarte frumos material decorativ ca flori tăiate, în vase cu apă, în care țin un timp îndelungat. Cele mijlocii și pitice se întrebuințează în grupe mai mici, ca borduri. Soiurile pitice se mai cultivă și la ghivece.

Îi prieste orice pămînt ușor, nisipos, expus la soare și chiar la semiumbră. Semănatul se poate face la diferite epoci. De obicei se seamănă prin împrăștiere pe la începutul lui martie, în răsadniță caldă, sau la începutul lui aprilie într-una rece.

Gălbinelele *(Calendula)*

Sînt plante erbacee cultivate ca plante anuale. Tulpinile sînt îndreptate în sus. Fac flori galbene pînă la roșu-portocaliu și înfloresc din iunie pînă la îngheț. Se întrebuințează ca plante în ronduri, în grupe, în amestec cu alte flori, precum și ca floare tăiată în vase cu apă.

Gălbinelele preferă pămînturile calcaroase, expuse la soare. Acolo, unde au fost o dată cultivate, apar din nou în anul viitor din semințele scuturate. Semănarea lor se poate face din martie pînă în mai, afară pe brazde, și de aici se plantează și direct la locul definitiv, la distanța de 30—40

cm. Se poate semăna și direct la locul definitiv, rărind plantele acolo unde sămînța a căzut prea deasă. Suportă foarte bine transplantatul și în stare îmbobocită.

Ochiul boului *(Callistephus)*

Plantă erbacee anuală cu tulpina îndreptată în sus, bine ramificată și dacă este cultivată îngrijit, înflorește din vară pînă în toamnă. Înălțimea variază între 0,20 și 0,70 m. Florile sînt mari și frumos colorate în alb, roz sau albastru spre mov. Ochiul boului se întrebuințează plantat în ronduri și la ghivece, însă cel mai mult ca floare tăiată căci ține foarte mult în apă.

Crește foarte bine în locuri expuse la soare, într-un pămînt bogat, îngrășat din toamnă cu bălegar, jumătate descompus sau compost. În timpul verii trebuie date îngrășăminte lichide de orice natură și se va uda pe timp de secetă. Înmulțirea acestei plante se face numai prin semințe, pe care le semănăm în răsadnițe din martie și chiar mai devreme, pînă în aprilie; din aprilie se seamănă pe brazde, căci răsadul rezistă bine la temperaturi scăzute.

Sămînța se împrăștie rar pe suprafața de semănat, ca răsadul să aibă loc suficient de creștere și totodată coletul plăntuțelor să fie ferit de putrezire. Contra bolii numită boală creață, semințele se vor ține 1/2 oră într-o soluție de 25 g Uspulum la 10 litri de apă. De asemenea se udă bine cu această soluție pămîntul destinat semănatului.

Numai un răsad viguros asigură un rezultat bun, pentru aceasta vom semăna totdeauna o cantitate de sămînță mult mai mare decît răsad avem nevoie, spre a putea alege numai pe cel viguros.

Plantele cultivate în brazde suportă foarte bine scoaterea și punerea la ghivece în stare îmbobocită avansată și chiar înflorită. În acest scop vom uda plantele cu o zi sau două înainte de a fi scoase, spre a-i înlesni ținerea pămîntului pe rădăcini.

Afară ce bolile arătate mai înainte, ochiul boului mai are ca dușmani pe larva găinușei sau cărăbușului care atacă rădăcinile; omida fluturelui de noapte scobește în timpul nopții galerii în tulpina plantei și ziua se ascunde în pămînt în apropierea ei. Ambele insecte vor fi căutate și omorîte căci ele se mută de la plantă la plantă.

Creasta cocoşului
(Gelosia)

Este o plantă anuală erbacee. Înălţimea plantei variază de la 20—50 cm. Florile sînt dispuse în inflorescenţe, la unele specii în formă de creastă de cocoş la altele în spice. Culoarea florilor variază de la galben, roz, portocaliu la roşu-închis. Frunzele sînt de culoare verde sau purpurie. Se întrebuinţează la ronduri şi cultivate în ghivece.

Creasta cocoşului este plantă de soare, căreia îi priește un pămînt gras şi bine lucrat. De regulă se seamănă la începutul lui aprilie în răsadniţă semi-caldă sau în cutii, ţinîndu-le la cald. Repicatul se face în răsadniţe semi-calde. De aici răsadul crescut se scoate şi se pune la ghivece potrivite mărimii lui într-un amestec de pămînt de răsadniţă cu nisip.

Distanţa de plantare a soiurilor pitice este de 25—30 cm şi a celor înalte de 35—40 cm. Spre a ajuta la o creştere cît mai bună a acestor plante, pe lîngă udătură abundentă, se vor mai da şi îngrăşăminte lichide la 15—20 zile, mai ales dacă pămîntul e sărac în substanţe nutritive.

Chrisanthemum carinatum

Este o plantă erbacee cultivată ca floare anuală. Creşte înaltă de 30—50 cm, cu tulpini îndreptate în sus. Frunzele sînt adînc divizate. Florile sînt colorate în alb, cu diferite tonuri de galben, aurii, alb cu liliachiu la bază sau culoare purpurie sau brună-purpurie. Se întrebuinţează în rabate, în borduri, în ghivece şi ca flori tăiate. Înfloresc din luna iunie pînă la căderea brumei.

Se dezvoltă bine în orice pămînt de grădină expus la soare. În pămînturile prea grase şi umede creşte prea viguros şi înfloreşte mai puţin. Semănatul se face de regulă pe la începutul lunii aprilie în răsadniţe reci şi cînd răsadul s-a mărit se plantează la ghiveci sau la locul definitiv la

distanţă de 30—40 cm. Se mai seamănă direct afară pe la sfîrşitul lunii aprilie în rînduri la 30—40 cm, rărind mai tîrziu răsadul, ca plantele în creşterea lor să aibă spaţiu suficient.

Cosmos
(Cosmos)

Sînt plante erbacee anuale. Tulpinile sînt tari, foarte ramificate. Cresc pînă la 1,20 m înălţime. Frunzele sînt puternic sectate. Florile sînt colorate în roz şi alb.

Se întrebuinţează plantate sau semănate în grupe şi ca flori tăiate.

Le priește orice pămînt, însă într-unul prea gras frunzele cresc prea mult, în dauna florilor. De regulă se seamănă pe la sfîrşitul lunii martie în răsadniţă semi-caldă în ghivece, şi mai tîrziu afară, în lunile aprilie-mai. Se cultivă la locul definitiv la distanţă de 40—50 cm. Nu suportă bine transplantatul. Ciupind plantele încă tinere în folosul ramificării, se întîrzie înflorirea. Această plantă reuşeşte mai bine în regiunile de deal, decît în cele de şes.

Nemţişori
(Delphinium)

Sînt plante erbacee, anuale şi perene. Tulpina e simplă iar florile sînt dispuse în formă de spic. Înălţimea plantei variază de la 40 la 120 cm. Frunzele sînt compuse cu foliole lineare. Florile sînt colorate în diferite tonuri de roşu, albastru şi alb. Se întrebuinţează în grupe, borduri şi ca flori tăiate.

Reuşeşte destul de bine în terenuri secetoase, calcaroase şi chiar pe cele înclinate, însă cînd urmărim să obţinem plante viguroase, deosebit de frumos dezvoltate, vom da un pămînt bogat şi bine lucrat. Expoziţia cea mai favorabilă acestei plante e în plin soare. Printr-o semănare direct la locul definitiv în toamnă prin octombrie-noiembrie se obţin rezultatele cele mai bune.

Semănatul se face în rînduri la distanţa de 20—25 cm la soiurile care nu cresc mult în părţi şi la cele pitice, primăvara variind pe rînd răsadul prea des la 10—15 cm, iar pentru soiurile cu o creştere mai mare, în părţi se va da o distanţă dublă. Din cauză că semînţele au nevoie de un timp mai îndelungat pînă la răsărire este mai avantajos să se semene toamna, decît primăvara, Afară de aceasta, semănate din toamnă, plantele se dezvoltă cu mult mai viguros şi înfloresc cu cîteva săptămîni mai devreme. Dacă

însă sîntem nevoiți să semănăm în primăvară, atunci o vom face imediat după dezgheț.

Garoafa (*Dianthus*)

Sînt plante erbacee cultivate ca flori anuale. Garoafa chinezească crește în jurul a 20 cm înălțime, face flori frumoase, colorate în roșu-catifelat sau pestrițe, simple sau involte (bătute). Florile nu sînt parfumate. Se întrebuințează la rabate și la borduri.

Nefiind prea pretențioasă în ce privește compoziția pămîntului îi prieste orice pămînt de grădină. Preferă poziția expusă la soare, însă suportă foarte bine și semi-umbra.

Cînd voim să le avem mai devreme în floare, facem o semănătură pe la sfîrșitul lui martie într-o răsadniță semi-caldă; pentru mai tîrziu, se seamănă în brazde afară, pe la jumătatea lui aprilie. După 5—6 săptămîni de la data semănatului, cînd răsadul s-a împuternicit bine și e suficient de aclimatizat, se începe cu plantatul lui la locul definitiv. Este practic să se planteze cîte 2—3 fire de răsad la un loc pe distanță de 20—25 cm.

Garoafa de vară se cultivă de asemenea ca plantă anuală. Înflorește toată vara și dacă o adăpostim, chiar iarna. Crește pînă la 60 cm. Florile sînt mari și cu miros de cuișoare. Sînt frumos colorate în alb, galben, roz, roșu-arămiu, roșu ca sîngele.

Preferă un pămînt argilos cu mult nisip (lutos) căruia i se va adăuga la săpat bălegar putred de grajd, de preferință de la vite cornute. De asemenea crește viguros și într-un pămînt bun de grădină, săpat adînc, expus la soare. Putem avea o înflorire timpurie și îmbelșugată, semănîndu-le spre sfîrșitul lunii februarie în răsadnițe semi-calde. În acest scop, se va întrebuința un pămînt nisipos de compost bine descompus. Cînd plăntuțele s-au împuternicit se vor repica în aceeași compoziție de pămînt. Repicatul se va face ceva mai rar, ca spațiul să fie suficient pentru creșterea lor pînă la plantare, căci altfel vom fi nevoiți de a mai repica răsadul încă o dată sau să-l punem la ghivece mici. Răsadul trebuie ferit de răceală și umiditate prea mare. Imediat ce brumele au încetat, începem cu plantatul răsadului la brazde. Se plantează în 4 rînduri pe brazde de 1,20 m late și pe rînd la 25 cm distanță. La scoaterea răsadului din cutii sau răsadniță rădăcinile vor fi ferite pe cît posibil de rupere și imediat după plantare se vor uda fiecare în parte. În condițiile acestea creșterea plantelor se va face repede și pe la jumătatea lunii iunie apar primele flori. Toate plantele cu flori simple se vor îndepărta imediat cînd se vor cunoaște.

Marii dușmani ai garoafelor sînt șoarecii care se combat după metodele cunoscute. Dintre insecte mai păbubitoare sînt păduchii de frunze, care atacă părțile tinere ale plantei și urechelnița, care găurește capsulele cu semințe, mîncîndu-le. Contra păduchilor se va stropi cu insecticide, iar urechelnițele le prindem în mănunchiuri de paie umede, puse de cu seara printre plante, în care intră în timpul nopții.

Plantele atacate de rugină se îndepărtează imediat și se ard. Cînd terenul e infectat de această boală, nu se vor mai cultiva pe acest loc garoafe mai mulți ani de-a rîndul.

Flutureii (*Gaillardia*)

Este o plantă erbacee cultivată ca anuală. Tulpinile sînt păroase și ramificate spre vîrf. Crește între 40—50 cm înălțime. Florile sînt colorate în galben-portocaliu cu cafeniu, roșu-purpuriu, roz.

Se întrebuințează ca flori tăiate și la ornarea grădinilor, în grupe.

Se seamănă în răsadniță rece prin luna mai, însă vor înflori mai tîrziu. Mai poate fi și ca plantă bienală cu scopul de a avea flori primăvara devreme și atunci o vom semăna prin septembrie, afară în brazdă repicînd răsadul la ghivece mai mici.

Canale, Balsamine (*Impatiens*)

Este plantă erbacee, anuală. Are tulpina suculentă cu ramificațiile aranjate piramidal. Crește înaltă pînă la 60 cm. Înflorește din iunie pînă în toamnă. Florile sînt mari, pintenate și formează un ciorchine alungit. Sînt colorate foarte variat: alb, crem, roșu, cărămiziu, liliachiu sau pestrițe.

Balsaminele se întrebuințează în grupe, iar cele pitice la borduri și plante în ghivece.

Le prieste orice pămînt de grădină, care nu e prea afînat, uscat sau argilos. Cea mai favorabilă poziție e cea expusă la soare căci în cele semi-umbroase se alungesc, se ramifică mai puțin și nici înfloritul nu e așa bogat. Pămînturile grase, ca și îngrășămintele lichide date în timpul vegeta-

ției, ajută foarte mult la dezvoltarea normală a canalelor. Se seamănă pe la sfîrșitul lunii martie sau începutul lui aprilie, rar, direct, în răsadniță temperată sau în cutii. La început ținem răsadul mai uscat, spre a evita îngălbenirea lui sau putrezirea coletului. În orice caz se va evita alungirea răsadului, repicîndu-l la timp. Pe la începutul lunii mai răsadul se plantează la locul definitiv la distanță de 25—30 cm după dezvoltarea soiului. Răsadul lung, care a căzut la plantare, nu se mai ridică și are nevoie de un tutore. Atît timp, cît plantele sînt tinere, nu au nevoie de umiditate prea mare, însă cînd s-au înrădăcinat bine la locul definitiv, li se va da apă din belșug. Transplantatul îl suportă foarte bine, chiar cînd sînt plante mari, înflorite.

Se poate semăna și afară pe brazdă, prin aprilie-mai, apoi răsadul se tratează la fel ca cel din răsadniță, însă plantele vor înflori mult mai tîrziu. Se mai poate semăna și direct la locul definitiv cu condiția ca răsadul prea des să se rărească.

Cafelуțe (*Lupinus*)

Sînt plante erbacee cultivate ca anuale. Tulpina se ramifică în formă de rozetă chiar de la bază. Crește pînă la 60 cm înălțime. Florile sînt reunite în spice. Sînt colorate în alb cu albastru deschis, galben, alb, roșu.

Se întrebuințează la ornarea grădinilor, a vaselor în apartamente și pentru buchete.

Preferă pămînturi scurse de apă, nisipoase și expuse la soare. Cafelуțele anuale nu suportă transplantatul și de aceea trebuie semănate direct la locul definitiv. Se seamănă în rînduri rărind răsadul ieșit prea des, sau în cuiburi, cîte 2—3 semințe la 30 cm depărtare una de alta, învelindu-le cu pămînt mai ușor, spre a le înlesni încolțirea. Timpul semănatului este odată cu al fasolii, cam pe la sfîrșitul lui aprilie.

În timpul verii cafelуțele nu pretind aproape nici o îngrijire, decît să le udăm pe timp secetos.

Mixandre (*Mathiola*)

Sînt plante anuale, erbacee. Tulpina e aproape lemnificată și ramificată spre vîrf. Rădăcina e pivotantă și puțin fibroasă. Înălțimea variază între 20—75 cm. Înflorește din vară pînă în iarnă. Florile sînt mirositoare, simple sau involte (bătute).

Toate soiurile pitice de mixandre de vară se întrebuințează ca plante de borduri, în ronduri și la ghivece, cele înalte în grupe și ca flori tăiate.

Mixandrele pretind un teren expus la soare, compus dintr-un pămînt de grădină argilos cu mult nisip (lutos), amestecat cu pămînt de răsadniță sau de compost. Afară de îndeplinirea acestei condiții, trebuie să ne procurăm și o sămînță de cea mai bună calitate, căci altfel rezultatul va fi mediocru sau chiar prost. Principala semănătură se face prin împrăștiere, pe la începutul lunii martie, în răsadniță temperată, sau cantități mici, în cutii sau în ghivece într-o seră temperată, acoperindu-le cu puțin nisip. Cum mixandrele sînt plante care suportă o temperatură mai joasă, trebuie ca și noi să le aerisim în răsadniță cît se poate de mult, evitînd astfel temperaturile prea ridicate. Udatul răsadului se face numai dimineața, ca să aibă timpul necesar să se zvînte pînă seara, altfel el cade, mai ales pe vreme noroasă. De asemenea și cînd răsadul e prea des, îi putrezește coletul. Primul repicat se face cînd răsadul și-a dezvoltat 1—2 frunze caracteristice și al doilea, cînd el este împiedicat în dezvoltarea lui în locul repicat. Repicarea sau plantarea la locul definitiv se face cel mai bine pe timp noros, într-un pămînt umed. Se va observa ca răsadul să nu se planteze prea adînc sau rădăcinile acestuia să nu fie întoarse în sus la plantare. În momentul cînd se scoate răsadul, este foarte bine să se introducă rădăcinile într-o mocirlă făcută din părți egale de argilă și balegă de vacă subțiată cu apă. Mai practic este să se planteze mai des, adică la 10—12 cm distanță căci unele dintre ele pier, iar altele care vor înflori cu flori simple, le vom smulge afară și astfel vor avea loc cele cu flori duble. Distanța necesară între plante este între 20 și 30 cm.

Se mai pot face semănături direct afară pe brazde, prin aprilie-mai, tratînd răsadul la fel, însă va înflori atunci prin iulie-septembrie.

Știut este că numai mixandrele cu flori simple produc semințe. În vederea obținerii unei semințe de calitate superioară vom selecționa după culoarea, forma și mărimea florii, ținuta și înălțimea plantei. Nu vom lăsa mai mult

de 10—12 fructe la baza tulpinii florale. Numai astfel vom putea obține semințe de calitate bună care vor da plante cu flori involte pînă la 80 %.

Petunie (*Petunia*)

Sînt plante erbacee, anuale. Tulpinile sînt păroase și ramificate de la bază. Înflorește din vară pînă toamna tîrziu. Florile sînt în formă de pîlnie, colorate în alb, roz, roșu-purpuriu, catifelat, albastru deschis pînă la albastru închis. Florile pot fi simple sau bătute.

Petuniile ornează grădinile, se cultivă în ghivece și se plantează pe terase și în vase suspendate.

Le prieste orice pămînt de grădină nu prea umed, expus la soare; la nevoie crește destul de bine și la semi-umbră. Data semănatului depinde mult de timpul de înflorire. Pentru a avea plante înflorite devreme, se seamănă pe la jumătatea lui februarie în cutii sau ghivece într-un pămînt nisipos, acoperind sămînța cu un strat subțire de nisip.

Se mai fac semănături treptate din martie pînă chiar în mai la început în răsadnițe calde, apoi în răsadnițe reci și prin mai chiar pe brazde afară, într-un loc adăpostit. Semănăturile tîrzii dau plante slabe care înfloresc tîrziu. Plantarea la locul definitiv, în borduri, se face la o distanță de 30—40 cm, iar în ronduri sau grupe la 40—60 cm. Se recomandă, ca plantele mai îmbătrînite să fie scurtate din cînd în cînd, spre a le reîntineri, adică a le forța să dea lăstari laterali și prin aceștia să înceapă o mai bună înflorire.

Brumărele, Flox (*Phlox*)

Este o plantă erbacee, anuală. Are tulpina ramificată și crește pînă la 50 cm înălțime. Înflorește din vară pînă în toamnă. Florile sînt reunite în corimb în vîrful tulpinii și sînt foarte frumos colorate.

Brumărelele se întrebuințează la împodobirea grădinii și se plantează în ghivece.

Le prieste orice pămînt bun de grădină, nu prea umed, expus la soare pînă la semi-umbros. Prin februarie-martie se face semănatul în răsadnițe semi-calde și chiar reci, și de aci îl plantăm la locul definitiv la o distanță de 20—30 cm. Plantatul se poate face foarte devreme, deoarece răsadul suportă bine brumele ușoare. Este foarte practic a se semăna

pe la începutul lui aprilie direct la locul definitiv în rînduri la 25—30 cm distanță, rărind apoi răsadul la 10—15 cm pe rînd.

Spre a produce o ramificare mai intensă a plantei, i se va ciupi vîrful.

Vîzdoage, Crăițe (*Tagetes*)

Sînt plante erbacee, anuale, cu un miros caracteristic. Înălțimea tulpinilor variază de la 20 la 100 cm. Florile, de mărimi diferite, sînt colorate în: brun-catifelat, galben, brun cu galben, portocaliu, galbene-împestrițate cu roșu. Înflorește pînă toamna tîrziu.

Se întrebuințează plantată în grupe, ronduri, borduri și chiar ca floare tăiată.

Cresc în orice pămînt, însă preferă un pămînt sănătos, nu prea gras cu o expoziție luminoasă și caldă. Cel mai simplu este de a le semăna pe la jumătatea lunii aprilie pe brazde afară, ferindu-le de brume. De aci se repică pe alte brazde, de unde se scot cu pămînt la rădăcină, plantîndu-se la locul definitiv la distanță de 25—40 cm cele pitice, și la 50—60 cm pe cele înalte.

Călțunași (*Tropaeolum*)

Sînt plante erbacee, anuale, sau vivace, Sînt specii care cresc atît pitice, cît și urcătoare. Florile sînt colorate în galben, albe-crem, roz-gălbui, roșii, aurii. Se întrebuințează la ornarea balcoanelor, în ronduri, borduri și la ghivece.

Le prieste orice pămînt bun de grădină, expus la soare și chiar la semi-umbră. În pămînturi prea bogate sau în poziții umbroase, frunzele cresc prea mult în dauna înfloririi. Cel mai practic este a se semăna pe la începutul lui aprilie cîte 2—4 semințe în ghivece de 9—12 cm în dia-

metru, ţinîndu-le în răsadniţă semicaldă sau chiar rece. Pe la începutul lunii mai le plantăm la locul definitiv la distanţa de 50—60 cm speciile urcătoare şi la 30—40 cm speciile pitice. Recomandabil e semănatul direct la locul definitiv pe la sfîrşitul lunii aprilie, fie în rînduri, fie în cuiburi, la aceeaşi distanţă ca şi la plantare.

Cîrciumărese (*Zinnia*) — Sînt plante erbacee, anuale. Cresc ramificate, cu tulpini tari, păroase. Fac flori frumoase, cu colorit foarte variat. Se întrebuinţează în grupe şi ca flori tăiate.

Le priieşte orice pămînt bun de grădină expus la soare şi chiar în semi-umbră. Se seamănă prin aprilie-mai afară, pe brazde, într-un pămînt gunoit, expus la soare şi adăpostit. Cînd răsadul şi-a format cîteva frunze, se repică, fie la locul definitiv, fie pe altă brazdă, unde i se va da spaţiul suficient (8—10 cm), spre a fi plantat mai tîrziu la o distanţă de 30—50 cm. Se mai poate semăna la nevoie şi la locul definitiv, însă rezultatul e slab, deoarece înfloreşte mai puţin, are flori mai mici, mai ales dacă răritul nu s-a făcut la timp şi suficient. În timpul verii nu au nevoie de alte îngrijiri, decît să se prăşească de cîteva ori şi, cînd seceta persistă, să se ude pătrunzător.

Cărciumăresele cu capitulele simple se mulţumesc cu pămînt mai sărac şi rezistă chiar mai bine la secetă.

PLANTE AGĂŢĂTOARE

Cobea (*Cobaea*) — Este o plantă erbacee, anuală, agăţătoare. Tulpina creşte pînă la 7—8 m lungime şi se agaţă cu cîrceii cu care sînt prevăzute frunzele. Florile sînt mari, colorate în alb sau albastru-violet.

Creşte repede şi îmbracă foarte frumos zidurile şi orice suport. Se întrebuinţează la înfrumuseţarea gardurilor, balcoanelor etc. E foarte rezistentă la atacul insectelor.

Cel mai bine se dezvoltă într-un pămînt substanţial, sănătos, argilos, bogat în substanţe hrănitoare, însă creşte destul de bine în orice pămînt bun de grădină cu o expoziţie semi-umbroasă. În plin soare se va uda din belşug în cursul verii. Seminţele mari se seamănă pin februarie-martie în cutii, în răsadniţă caldă, într-o compoziţie de pămînt de răsadniţă şi nisip. De aci se scot şi se plantează cîte un fir într-un ghiveci mic, ţinîndu-le tot la cald.

Fasolea Japoneză (*Dolichos*) — Plantă erbacee, anuală, agăţătoare. Florile sînt violete iar fructele sînt păstăi colorate în violet-purpuriu lucitor. Seminţele sînt mari ca boabele de fasole, negre cu dungă albă.

Reuşesc bine la şes şi se întrebuinţează la îmbrăcarea gardurilor, chioşcurilor etc.

Îi priieşte orice pămînt de grădină, expus la soare. În regiunile de şes se poate semăna pe la sfîrşitul lui aprilie, direct la locul definitiv, în cuiburi la distanţa de 50—60 cm unul de altul.

PLANTE BIENALE

Nalba (*Althaea*) — Sînt plante bienale cu tulpina simplă, cilindrică şi dreaptă, înalte pînă la 2—3 m. Înfloresc din iulie pînă în septembrie. Florile, aşezate în spice, sînt simple sau bătute şi sînt colorate în alb, galben, roz, roşu-deschis, roşu-închis, violet-brun şi negru etc.

Se plantează în grupe, pe lîngă balcoane, ziduri şi se întrebuinţează şi ca flori tăiate, în vase mici.

Are nevoie de un pămînt substanţial şi adînc lucrat, cu poziţie bine însorită. Umiditatea din timpul iernii provoacă multe pierderi. Spre a preîntîmpina întrucîtva acest neajuns se va căuta ca pămîntul să fie permeabil şi dacă avem posibilitatea, spre sfîrşitul iernii, vom aşeza pe plante un înveliş uşor de cetină sau trestie, spre a evita dezgheţul pe timp cu soare, ca apoi să nu îngheţe noaptea din nou. În timpul verii, pe secetă, e bine a uda mai rar însă cu apă multă, spre a preveni rugina frunzelor, care apare sub for-

mă de pete de culoare brună-negricioasă. Această boală mai apare și pe timp de ploi îndelungate.

Înmulțirea se face de obicei toamna pin divizarea plantelor de 2 ani sau primăvara prin butași, detașînd de lîngă tulpină lăstari tineri, care se înrădăcinează foarte ușor.

Înmulțirea mai ușoară se face prin semințe, însămînțate prin lunile mai-iunie prin împrăștiere sau mai bine în rînduri pe brazde.

Părăluțe, Bănuți (*Bllis*)

Este o plantă vivace, cultivată însă ca bienală. Formează o rozetă de frunze din care apar florile. Unele flori sînt simple, altele involte. Culorile florilor sînt: alb, roz, roșu-închis. Înflorește din martie pînă în iunie. Se plantează în ronduri și la ghivece.

Îi prieste orice pămînt bun de grădină, expus la soare. Soiurile cu capitule mari sînt sensibile la gerurile mari și din acest motiv vor fi învelite cu un strat subțire de cetină sau trestie în timpul iernii. Nu se vor întrebuința frunzele, paiele sau alte materiale similare, deoarece provoacă putrezirea plantelor. Plantele bătrîne fac din an în an flori mai mici și de aceea sîntem nevoiți a crește în fiecare an plante tinere. Înmulțirea se face pe două căi: prin semințe și prin divizare.

Semănatul îl facem din iulie pînă în august, într-o răsadniță rece sau în cutii, într-un pămînt nisipos și bogat, ținînd semănătura umedă și puțin umbrită.

Se practică foarte mult și înmulțirea prin divizare, deoarece plantele obținute pe această cale, moștenesc exact calitățile plantei mamă. În acest scop, după ce florile s-au trecut, ele se scot și se divizează cît se poate de mult, scurtînd din rădăcinile prea lungi. Astfel pregătite se plantează pe brazde la aceeași distanță, ca și răsadul.

Clopoței (*Campanula*)

Sînt plante erbacee, bienale sau vivace. Tulpinile sînt îndreptate în sus și ramificate. Înălțimea este între 50—80 cm. Înfloresc din iunie pînă în august. Florile sînt mari și aplecate în jos, colorate în violet-albăstrui, alb, roz, liliachiu, albastru-închis și albastru-deschis.

Se întrebuințează în grupe, ronduri, în ghivece și foarte bine ca floare tăiată.

Îi prieste orice pămînt substanțial, nu prea umed, expus la soare. Semănatul îl facem prin mai-iunie, afară pe brazdă învelind semințele fine cu puțin nisip cernut, ținînd apoi locul umbrit pînă la răsărire. Cînd răsadul s-a împuternicit, îl repicăm pe alte brazde și de aici îl plantăm în toamnă la locul definitiv, la 44 — 50 cm, distanță. Plantele semănate direct la locul definitiv se dezvoltă mult mai viguros, ca cele transplantate.

Pansele (*Viola*)

Sînt plante erbacee. Tulpina e ramificată de la bază și are înălțimea de 15—25 cm. Florile sînt mari, așezate cîte una pe o codiță. Se întîlnesc flori de diferite culori însă cele mai tipice sînt violete, galbene și albe.

Panselele sînt cele mai răspîndite plante de primăvară și se întrebuințează în ronduri, borduri și la ghivece. În regiunile de șes se cultivă numai ca plante bienale.

Reușesc în orice pămînt bun în grădină, însă preferă unul nisipo-argilos, bogat, expus la soare și fără prea multă umiditate. Modul de înmulțire cel mai întrebuințat în regiunile de șes și care a dat totdeauna rezultate bune este de a semăna panselele cel mai devreme pînă la sfîrșitul lui iulie și cel mai tîrziu pe la sfîrșitul lui august. În regiunile de deal trebuie să le semănăm prin luna iulie, deoarece înghețul începe de timpuriu și plantele trebuie neapărat bine înrădăcinate pînă în iarnă. Pentru semănatul în cîmp preparăm brazdele pe un teren lipsit de coropișnițe, expus la soare. Marginile brazdelor este mai practic să le facem ridicate ca pe ele să se sprijine obloanele sau rogojinile, cu care vom acoperi în timpul germinației semințelor. Prin aceasta umiditatea necesară germinației va fi constantă și vom fi totdeauna pușl la adăpost contra ploilor torențiale care ar spăla semințele.

Pe brazde pot rămîne pînă la primăvară sau dacă vremea e favorabilă și panselele sînt mari se pot planta încă din toamnă la locul destinat înfloririi.

Pe terenuri expuse la vînt se recomandă ca panselele să fie acoperite cu frunze în timpul iernii împrăștiate destul de rar pe deasupra plantelor. Învelișul protector se pune o dată cu începerea înghețului și se înlătură pe la începutul lui martie. Primăvara, cînd primele flori de pansele își fac apariția, începem cu scoaterea plantelor de pe brazde, spre a le planta în ronduri la distanță de 20—25 cm.

PLANTE VIVACE

Steluță (*Aster*)

Sînt plante erbacee, vivace, ale căror tulpini sînt ramificate de la bază. Înălțimea variază de la 30 cm la 120 cm. Înflorirea începe din iunie și ține pînă la sfîrșiul lui septembrie. Florile sînt colorate în diferite tonuri de roz și violet.

Se întrebuințează în borduri și în grupe.

Reușesc în orice pămînt expus la soare sau la semi-umbră. Înmulțirea lor se face foarte ușor prin divizarea tufelor bătrîne sau prin semințe. Semănăturile se fac primăvara devreme, în răsadnițe reci sau afară pe brazde, astfel ca pînă în toamnă plantele să poată înflori. Divizarea tufelor se face după ce s-au trecut florile sau primăvara.

Divizarea tufelor și schimbarea terenului de cultură se impune atunci cînd vrem să obținem plante viguroase, cu o înflorire bogată. Distanța de plantare este în general de 30—50 cm.

Bujor (*Paeonia*)

Sînt plante erbacee, vivace, cu rădăcini tuberizante (în formă de tubercul). Florile sînt mari, plăcut parfumate și colorate de la alb, roz pînă la roșu. Înfloresc în mai-iunie. Se întrebuințează în peluze, în grupe sau izolat și ca floare tăiată.

Pentru cultură sînt necesare pămînturile argiloase, cu conținut mare de mraniță, avînd o expoziție în plin soare, însă la nevoie merg și la semi-umbră. În timpul vegetației

nu trebuie să lipsească îngrășămintele lichide de hasna. Se observă că în pămînturile slabe, nisipoase, plantele înfloresc slab și deseori chiar bobocii de mărimea unei cireșe, în loc să înflorească, se usucă.

Timpul cel mai favorabil de plantat bujorul e toamna. Transplantatul îl suportă foarte prost și de multe ori se întîmplă că abia în al doilea an planta înflorește cum trebuie. Plantatul prea adînc e o greșeală; distanța de plantare este de 60—80 cm și chiar mai mult la soiurile viguroase, deoarece tufele de bujor rămîn mai mulți ani pe același loc, de multe ori peste 10 ani. Cu cît sînt mai bine îngrijite și cu cît sînt mai bătrîne, cu atît dau flori mai multe și mai frumoase, avînd un aspect de o frumusețe rară în timpul înfloritului. Înmulțirea se face prin divizarea rădăcinilor, observînd ca fiecare fragment să aibă cel puțin un mugure.

PLANTE BULBOASE CARE REZISTĂ IARNA AFARĂ

Zambile (*Hyacinthus*)

Sînt plante erbacee, bulboase. Cresc pînă la 40 cm înălțime și înfloresc în aprilie-mai. Din mijlocul frunzelor apare tulpina florală pe care sînt prinse florile colorate în alb, galben, roz sau albastru, plăcut parfumate.

Se întrebuințează ca plante în peluze, pe brazde și la ghivece. Sînt apreciate ca flori tăiate.

Bulbii de zambile se pot planta de prin septembrie, însă de regulă aceasta se face prin octombrie și numai în cazuri excepționale mai tîrziu.

Crinul (*Lillium*)

Este plantă erbacee, bulboasă. Cuprinde mai multe specii:

Crinul alb (Lilium candidum). Are bulbul mare, cu solzi de culoare albă. În toamnă apar primele frunze în formă de rozetă și se mențin peste iarnă. Primăvara apare tija florală, înaltă de 1—1,5 m. Florile sînt albe și foarte parfumate. Se întrebuințează plantat în grupe și mai ales pentru floare tăiată.

Crește în orice pămînt de grădină sau de arătură însă preferă unul mai permeabil, argilos, bogat cu o expoziție semi-umbroasă totuși îi prieste destul de bine și în plin soare.

Timpul favorabil de plantare a bulbilor este în iulie-august, imediat ce plantele intră în repaus. Înmulțirea se face prin detașarea bulbilor mici cu ocazia transplantării și prin butași din solzi.

Crinul regal (Lilium regale). Are bulbul mare, cu solzi de culoare roș-brun-închis.

Tulpina crește pînă la 1,5 m înălțime, îmbrăcată cu numeroase frunze înguste, verzi-închis.

Florile sînt parfumate, mari, albe, la bază gălbui, iar pe spate petalele au o nervură galben-roșcată. Înflorește după crinul alb și are aceeași întrebuințare.

Îi prieste un pămînt lutos, bogat în substanțe hrănitoare, cu expoziție semi-umbrită; reușește foarte bine și în plin soare. Bulbii se pot transplanta toamna foarte tîrziu, cînd tulpinile s-au îngălbenit sau se păstrează în nisip uscat la rece pînă primăvara cînd ne permite timpul să-i plantăm afară.

Se mai pot scoate și primăvara devreme cînd pămîntul s-a dezghețat, plantîndu-i imediat la locul destinat culturii.

Înmulțirea acestei specii de crin este foarte ușoară prin semințe și prin divizarea bulbilor.

Semințele se seamănă pe la sfîrșitul lui martie, începutul lui aprilie, afară pe brazde, prin împrăștiere.

Narcise (*Narcissus*)

Sînt plante erbacee, bulboase. Bulbul e în formă de pară, de culoare brună închis. Frunzele sînt egal de lungi, mai scurte decît tulpina floralâ, care crește pînă la 20—30 cm înălțime. Înflorește prin martie-aprilie. Florile au forme și culori foarte variate, predomină, însă culoarea alb și galben. Se plantează în peluze, în ronduri, în același timp fiind și foarte bună floare de tăiat.

Are nevoie de pămînt argilos, bogat, cu nisip, preferînd semi-umbra; merge și la soare mai bine decît la umbră. Cel mai favorabil timp de a planta bulbii de narcise în pămînt este în septembrie-octombrie și uneori în noiembrie.

Înmulțirea prin divizarea bulbilor se face în fiecare an în perioadă iulie-octombrie, însă mai bine e să-i divizăm odată la 4—5 ani.

Laleaua (*Tulipa*)

Este plantă erbacee, bulbuoasă. Bulbul are formă de pară și este acoperit cu o coajă subțire, roșcat-gălbuie. Florile au forme de cupe, colorate în alb, galben, roz, vișiniu, carmin, roșu, violet, cafeniu și pestrițe.

Se plantează pe peluze în ronduri, fiind și o floare bună de tăiat.

Reușește în orice pămînt bun de grădină, bine lucrat; de preferat unul mai bogat, argilos cu nisip, expus la soare. Se va evita umbra, vecinătatea zidurilor și a arborilor. Pămîntul se îngrașă cu bălegar de vite, bine descompus. Bulbii se plantează prin septembrie-octombrie sau chiar decembrie. Dacă se plantează mai tîrziu bobocul se usucă.

E recomandabilă scoaterea bulbilor în fiecare an, deoarece unele varietăți produc mulți pui, altele mai puțini, iar altele produc în fiecare an bulbi la cîțiva centimetri deasupra celui bătrîn.

PLANTE BULBOASE CARE NU REZISTĂ IARNA AFARĂ

Amarilis (*Hipeastrum, Amaryllis*)

Sînt plante erbacee, bulboase, cu tulpina floralâ fistuloasă, în vîrful ei purtînd 2—6 flori mari, colorate în portocaliu, roz sau roșu de diferite tonuri. Înfloresc în timpul verii. Se întrebuințează ca plante de apartament sau ca flori tăiate.

La ses cultura e simplă. Le plantăm într-un pămînt pregătit afară pe brazde, dîndu-le aceleaşi îngrijiri în timpul verii ca şi la restul plantelor din brazde. Toamna, înainte de căderea brumei, scoatem plantele, le trecem la ghivece sau le punem în repaus. Primăvara îi punem în vegetaţie dîndu-le treptat apă mai multă şi prin aprilie-mai înfloresc. Bulbii mici se despart de cei mari la plantarea în ghivece.

Gladiole, Săbiuţe (*Gladiolus*)

Sînt plante erbacee, vivace, cu bulb tare. Planta e viguroasă. Florile sînt fără miros şi foarte variat colorate. Sînt aşezate în spic pe tija floralã. Se întrebuinţează cel mai mult ca floare tăiată. Foloseşte şi ca decor în grădină.

Reuşesc bine aproape în orice pămînt bun de grădină, nici prea compacte, reci şi umede. Sînt de preferat pămînturile argilo-nisipoase, bine îngrăşate cu bălegar de bovine. La nevoie e bun şi bălegarul de cal sau compostul. În timpul vegetaţiei se face îngrăşarea, alternativ, cu fecale diluate cu apă şi îngrăşăminte chimice (superfosfat şi azotat de sodiu) dînd 3—4 g la 1 litru de apă.

Se cultivă pe un teren cu expoziţie în plin soare, căci la semiumbră şi la umbră florile sînt de calitate inferioară.

Plantarea bulbilor se face pe la finele lunii martie, spre a avea o înflorire din iunie pînă în octombrie. Se mai pot planta bulbii în două serii: o serie la începutul lunii mai şi alta la sfîrşitul lunii mai.

Bulbii se scot cînd frunzele s-au îngălbenit, prin noiembrie. Îi scoatem pe un timp frumos, îi lăsăm la aer să se usuce şi apoi îi băgăm în încăperi uscate, ferite de îngheţ.

Cînd resturile de tulpini şi frunze s-au uscat, curăţăm bulbii şi-i divizăm.

Tuberoze, Chiparoase (*Polyanthes*)

Este o plantă erbacee, vivace, bulboasă. Tulpina floralã are înălţimea de 1 m. Florile, aşezate în formă de spic, sînt colorate în alb la interior şi pătate cu roz la exterior.

Se cultivă pentru parfumul lor foarte plăcut.

Tăiate, rezistă foarte bine în apă.

Tuberozele reuşesc foarte bine în regiunile de şes.

Cultura pe brazde, afară, se face pentru a înmulţi bulbii şi pentru a obţine flori tăiate. Bulbii mari, floriferi, se vor

planta pe brazde, la 20 cm distanţă. Bulbişorii se plantează mai des şi ei vor înflori în anul următor. Cele cultivate pe brazde înfloresc prin septembrie. Toamna, după brumă, scoatem plantele cu cazmaua, se scutură puţin pămîntul de pe rădăcini, le aşezăm într-o răsadniţă rece şi pe timp ploios punem geamuri. Aici stau pînă la îngheţ, cînd le scoatem, tăiem 3/4 din lungimea frunzelor. Bulbii curăţaţi se aşază pe poliţe sau pe parapete în sere temperate ţinîndu-i într-un mediu uscat.

Primăvara, înainte de plantare, îi curăţim bine de rădăcinile rămase şi de pui.

Gherghina (*Dahlia*)

Este o plantă erbacee, cu rădăcini groase, în formă de tuberculi, care nu rezistă iarna afară.

Gherghina creşte de la 0,5 m pînă la 2 m înălţime, cu tulpini puternice, cu flori simple sau bătute, frumos colorate.

Creşte foarte bine într-un pămînt bogat şi reavăn. Pînă la înflorire se udă mai puţin. După ce a început înflorirea se udă abundent. Florile trecute se înlătură pentru a ajuta o înflorire mai bogată şi continuă.

Toamna cînd e gata să îngheţe pămîntul, se retează tulpinile la 10 cm de la suprafaţa pămîntului, se scot rădăcinile din pămînt, se zvîntă şi se curăţă de pămînt. Se pune apoi la iernat, ferite de frig, într-o cameră sau pivniţă. Cînd se zbîrcesc tuberculii se udă puţin. Se înlătură rădăcinile care s-au stricat ca să le ferim pe cele sănătoase de îmbolnăvire.

Înmulţirea cea mai uşoară se face prin divizarea rădăcinilor şi anume, se desfac în aşa fel ca fiecare rădăcină îngroşată să aibă o porţiune din tulpina veche cu cel puţin un ochi. Plantarea în grădină se face în cursul lunii mai.

PLANTE DE APARTAMENT

Agave (*Agave*)

Este o plantă vivace de apartament, cu frunzele suculente, dispuse în rozetă. Planta înfloreşte o singură dată, la vîrsta de 30—60 ani. Se înmulţeşte prin detaşarea drajonilor primăvara. În cursul iernii plantele se ţin în încăperi la temperatura de 14—16°C, ferite de curenţi şi se udă puţin.

Asparagus (*Asparagus*) — Este o plantă vivace, decorativă atît prin tufele bogate și delicate, cît și prin fructele de culoare roșie. Se înmulțește prin semințe și prin despărțirea tufelor. Iarna vegetează foarte bine în camera de locuit, într-o poziție mai luminată, însă ferită de sobă sau calorifer.

Voalul miresei (*Chlorophytum*) — Plantă perenă decorativă atît prin frunzele sale dungate cu alb-gălbui și așezate în rozetă, cît și prin stolonii care îmbracă foarte frumos vasul în care este cultivată. Se înmulțește prin stoloni cît și prin despărțirea tufelor.

Colocasia — E o plantă decorativă prin frunzele sale mari. Se înmulțește prin detașarea puilor și prin butași de tulpină. Iarna o așezăm în încăpere în poziție mai luminată și la o temperatură constantă. Vara este bine să o plantăm în grădină, fără ghiveci, pentru refacere.

Ficus — Este o plantă de apartament decorativă prin frunzele sale persistente și groase de culoare verde, lucioase. Vara se cultivă în grădină, iarna în camera de locuit. Se înmulțește prin butași de tulpină.

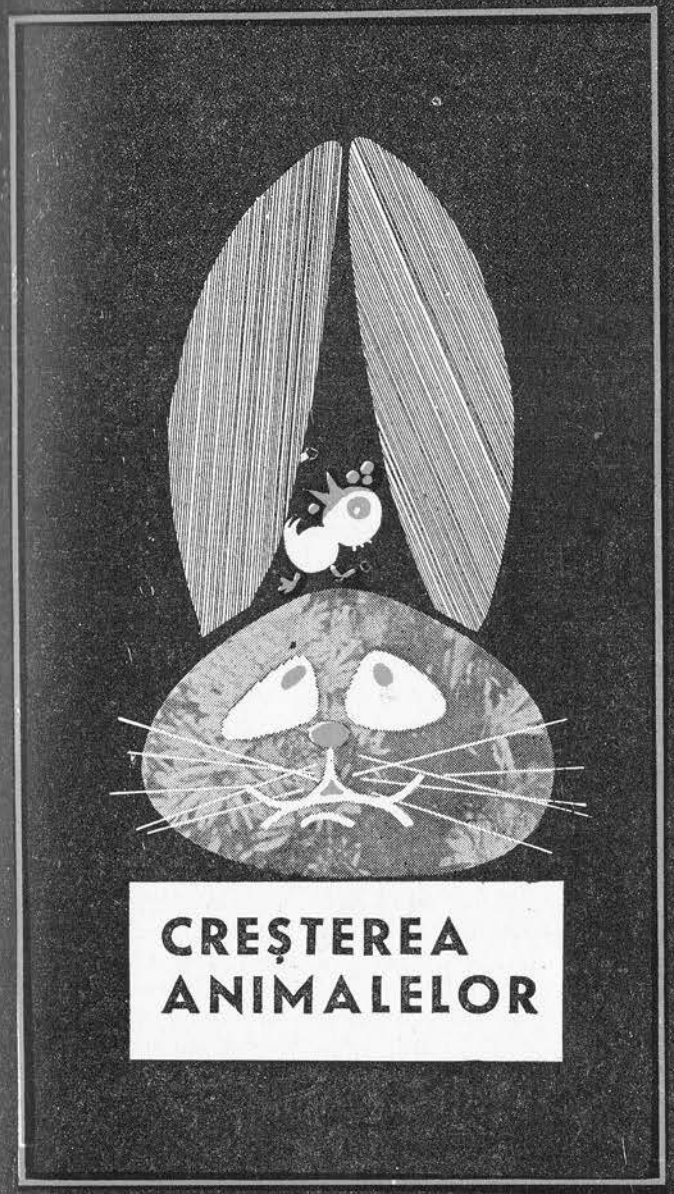
Filodendron (*Monstera*) — Este o plantă decorativă prin frunzele sale mari, cordiforme, lucioase, profund lobate și perforate între nervurile principale. Se înmulțește primăvara prin butași de tulpină cu 1—2 muguri.

Iarna se ține în încăpere, la temperatura normală și ferită de curenți reci. Vara se scoate afară, însă o ferim de insolație.

Palmierii — Sînt plante decorative puțin pretențioase față de lumină, iar în timpul iernii pot fi păstrați în încăperi cu temperatura între 12—15°C.

Se înmulțesc prin semințe și prin despărțirea drajonilor.

Plantele mai mici se cultivă în ghivece, pentru cele mari sînt necesare hîrdaiele de lemn.



CREȘTEREA ANIMALELOR

CREȘTEREA ANIMALELOR

PREGĂTITE DIN TIMP PENTRU FĂTARE, VACILE DAU VIȚEI SĂNĂTOȘI ȘI PRODUCȚII BUNE DE LAPTE

Pregătirea atentă a vacilor din timp asigură o fătare normală, o mamă sănătoasă, produși viguroși și o lactație bună.

Vacile pline, mai ales în a doua jumătate a sarcinii (gestației), au nevoie de o cantitate sporită de substanțe hrănitoare pentru propriile nevoi de întreținere a organismului, pentru producția de lapte în curs, pentru dezvoltarea normală a fătului și pentru a păstra întreaga capacitate de producție în lactația următoare.

Vacile trebuie pregătite pentru fătare prin înțărcarea lor înainte de fătare, o hrănire mai bună, plimbare zilnică și îngrijire atentă.

Înțărcarea vacilor cu 8 — 12 săptămîni înainte de fătare este necesară și obligatorie pentru a da posibilitate (timp) organismului vacii să-și refacă rezervele, mai ales cele minerale. Este știut că producția de lapte „topește" calciul de pe oase.

În aceste săptămîni corpul vacii își reface rezervele de calciu, iar ugerul se odihnește. Această perioadă se numește repaus mamar.

Cu cît vaca este mai slăbită, cu atît înțărcarea trebuie să fie mai timpurie. Sînt vaci care înțarcă de la sine cu 3—4 luni înainte de fătare. Altele cu producții mai mici,

de 4—5 litri lapte pe zi, se pot înțărca brusc. La vacile însă cu producții de peste 8 litri lapte pe zi, înțărcarea trebuie făcută *treptat*, deoarece oprind deodată mulgerea, laptele se va strica și se va „arde" în uger, producînd îmbolnăvirea lui.

Așadar, cunoscînd data montei și deci și ziua prealabilă a fătării, se stabilește data înțărcării și cînd trebuie să înceapă pregătirile în vederea fătării.

Perioada de înțărcare poate fi uneori de 3—4 zile, alteori se poate prelungi la 10—12 zile sau chiar pînă la o lună. Înțărcarea forțată se face prin împuținarea repetată a hranei și introducerea unor nutrețuri cu valoare hrănitoare mai slabă.

În primul rînd, nu se vor mai da nutrețuri concentrate (tărîțe, uruieli, turte etc.), apoi nici cele apoase, iar la urmă se înlocuiește fînul cu paiele.

În același timp se micșorează treptat și numărul mulsorilor: de la 2 pe zi se trece la una pe zi și apoi se va mulge o dată la 2 zile, pînă la înțărcarea completă.

O LACTAȚIE BUNĂ SE PREGĂTEȘTE ÎNAINTE DE FĂTARE PRINTR-O HRĂNIRE BUNĂ

S-ar părea că pentru a obține de la o vacă lapte bun și mult, ar fi suficient să i se dea hrană bună și cît de multă atunci cînd dă lapte. Aceasta ar fi o practică greșită. Pentru lactație, vaca trebuie pregătită din vreme, în perioada repausului mamar.

Așadar, la 2—3 zile de la înțărcare se va reveni treptat la hrănirea dinaintea înțărcării, la o hrănire bogată în substanțe azotate, fără a se neglija adaosul mineral (calciu, fosfor, sare de bucătărie etc.).

Aproximativ cu 6—8 săptămîni înainte de fătare, vaca trebuie să fie furajată ca și cînd ar da o producție de 5—6 litri lapte pe zi. I se vor da concentrate, mărindu-i treptat cantitatea pînă la 2—3 sau chiar 4—5 kg amestec (uruială de porumb, orz, ovăz, tărîțe de grîu, turte de in etc.), la care se adaugă 25—40 g sare de bucătărie și 60—80 g cretă furajeră (sau cretă furajeră și făină de oase în părți egale) sau în lipsă, praf de var stins.

Nu li se vor da vacilor pline în această perioadă nutrețuri înghețate, mucegăite, pentru că pot provoca avorturi.

Plimbarea zilnică a vacilor pline cîte 2—3 ore este absolut necesară, îndeosebi către sfîrșitul gestației; acest exercițiu zilnic face ca toate funcțiile să se desfășoare mai bine, mușchii să fie mai supli și deci fătarea să fie mai ușoară.

Cu 8—10 zile înainte de fătare are loc *mutarea vacilor* pline în boxe separate sau la un capăt de grajd mai liniștit, curat, luminos și ferit de curenți.

În preajma fătării se face zilnic masajul ugerului vacilor. Deseori, în preajma fătării, ugerul vacilor se umflă și devine foarte dureros. Pentru a preveni aceasta, cu 6—7 zile înainte de fătare, se va acorda ugerului o îngrijire specială. Zilnic, ugerul se va spăla cu apă călduță și săpun, se va șterge bine cu o cîrpă curată și moale. Apoi se va unge cu o substanță grasă (vaselină, ulei etc.) și se va face un masaj ușor, dar persistent și continuu.

Cu 3—4 zile înainte de fătare se micșorează rația de furaje pentru ca să nu preseze asupra fătului. Treptat se suprimă nutrețul apos, apoi uruielile și se va da un terci din 1—2 kg tărîțe amestecate cu apă călduță.

SĂ PREVENIM BOLILE LA NOU-NĂSCUȚI ȘI LA ANIMALELE TINERE

La viței. Tineretul taurin și mai ales vițeii nou-născuți se pot îmbolnăvi de diferite boli, mai ales boli legate de vîrsta tînără: boli de nutriție și creștere, boli infecțioase și boli parazitare.

Unele din ele ating vițeii de 3—5 zile, altele vițeii de 1—3 săptămîni sau, mai rar, pe cei de 2—3 luni.

Multe din aceste boli se manifestă prin aceleași semne: tristețe, lipsă de poftă de mîncare, balonare, diaree urît mirositoare, uneori cu sînge.

În boli ale plămînilor, vițelul bolnav respiră greu și des, geme, tușește, îi curge nasul și slăbește; nu are poftă de mîncare și bea apă multă; temperatura corpului atinge 40—41°.

O altă grupă o constituie bolile de creștere, printre care amintim în special *rahitismul*. Cauzele acestor boli sînt lipsa de vitamine în alimentație (mai ales A și D) și de săruri minerale (în special a celor de fosfor și de calciu).

Bineînțeles că pentru stabilirea bolii și aplicarea tratamentului corespunzător va fi chemat medicul veterinar.

Important este însă de a nu ajunge la aceste boli, de a le preîntîmpina.

În acest scop se va urmări respectarea cu stricteţe a măsurilor de igienă privind: hrănirea şi îngrijirea vacilor în timpul gestaţiei şi după fătare, alăptarea şi îngrijirea viţeilor şi igiena adăposturilor.

Hrănirea corespunzătoare şi îngrijirea atentă a vacilor înainte de fătare. Pentru a naşte viţei sănătoşi şi rezistenţi la îmbolnăviri, vacile gestante vor fi hrănite cu furaje de bună calitate, bogate în vitamine şi săruri minerale; în acelaşi timp li se vor asigura zilnic cîteva ore de plimbare.

Şi după fătare. Vacile care alăptează nu trebuie furajate cu prea mult nutreţ murat sau borhoturi; se vor exclude cu desăvîrşire furajele îngheţate, stricate sau mucegăite. Toate acestea schimbă calitatea laptelui, putînd provoca diareea. Să nu lipsească din raţia concentrată vitamine şi săruri minerale.

Hrănirea şi îngrijirea corespunzătoare a viţeilor previn apariţia diareei şi a altor boli.

La alăptarea viţeilor la biberon sau la găleată se vor lua măsuri ca vasele de alăptare să fie foarte curate, iar laptele să fie proaspăt muls şi cald (30°C), să nu fie prea rece sau în cantitate prea mare la un tain. Alăptarea viţeilor se va face la ore fixe, astfel: pînă la 10 zile — de 5—6 ori pe zi; de la 11 la 30 zile — de 4 ori pe zi; de la 30 zile pînă la înţărcare — de 3 ori pe zi.

În acelaşi timp, viţeii vor primi la discreţie fîn de lucernă sau trifoi, urucieli şi masă verde şi vor fi adăpaţi cu apă curată, la temperatura grajdului. Nu se vor neglija creta furajeră (10—30 g pe zi) şi sarea (8—10 g pe zi).

Adăposturi igienice. Viţeii trebuie ţinuţi în grajduri curate, luminoase, uscate şi bine aerisite, dar fără curenţi, iar aşternutul trebuie să fie curat şi uscat. Grajdurile trebuie prevăzute cu padocuri care să permită plimbarea în aer liber a viţeilor. Primăvara şi vara viţeii vor fi scoşi la păşune, asigurîndu-se astfel pe lîngă o furajare bună, mişcare în aer liber şi la soare.

La miei. Şi la miei se întîlnesc numeroase boli provocate direct sau indirect de nerespectarea regulilor de igienă a alimentaţiei, a îngrijirii şi cazării în adăposturi corespunzătoare.

Sînt boli de nutriţie, creştere şi îngrijire ca: rahitismul sau alte avitaminoze, indigestia mieilor sugari, boli ale aparatului respirator.

Aceste boli apar mai ales acolo unde oile sînt întreţinute necorespunzător: alimentaţie sărăcăcioasă, unilaterală, săracă în vitamine şi săruri minerale, adăposturi neaerisite, întunecoase, umede şi neîncăpătoare. Bolile aparatului digestiv pot să apară şi datorită faptului că unii miei sug prea lacom sau oile-mame sînt hrănite cu furaje stricate.

Pentru a preîntîmpina îmbolnăvirile la miei trebuie să urmărim ca de la naştere să se obţină miei sănătoşi, bine dezvoltaţi, viguroşi şi dotaţi cu un mare grad de rezistenţă faţă de boli.

Aşadar, măsurile noastre trebuie să înceapă cu *alegerea părinţilor*, care trebuie să fie sănătoşi, normal dezvoltaţi şi bine hrăniţi.

A doua măsură preventivă este *hrănirea raţională şi îngrijirea corespunzătoare a oilor fătătoare*, încă înainte de montă sau însămînţarea artificială, apoi în timpul gestaţiei. Neapărat trebuie să li se dea concentrate, un fîn bun şi nutreţ însilozat de bună calitate. Către sfîrşitul perioadei de gestaţie, nutreţul însilozat se va suprima treptat.

Fătările timpurii constituie a treia măsură de mare importanţă pentru obţinerea de miei viguroşi şi înzestraţi cu rezistenţă faţă de boli. Mieii născuţi la sfîrşit de iarnă sau început de primăvară se nasc cu rezerve mai mari de albumine, vitamine şi săruri minerale decît mieii născuţi mai tîrziu. Şi sînt mai viguroşi şi mai rezistenţi. Mieii timpurii sînt avantajaţi şi prin faptul că hrănindu-se la păşune cu furaje de bună calitate au destul timp să crească şi să se întărească pînă la începerea căldurilor şi a anotimpului secetos.

A patra măsură cît se poate de însemnată este *asigurarea spațiului necesar pentru mișcare*. Așadar, mieii vor fi ținuți în adăposturi spațioase curate, suficient de călduroase, uscate și fără curenți. Chiar în țarcuri ei trebuie să aibă loc unde să zburde în voie. În acest fel se creează condiții pentru funcționarea normală a plămînilor, o circulație mai vie a sîngelui, o bună digestie pentru dezvoltarea întregului organism, pentru sănătatea mieilor.

În timpul verii pentru zile prea călduroase, mieii vor fi adăpostiți sub umbrare special amenajate sau cel puțin la umbra copacilor. Hrănirea cu rații complete, din care să nu lipsească grăunțele zdrobite și furajele verzi în conveier verde, precum și adăparea cu apă curată își au importanța lor.

Mieii mai slab dezvoltați, cei născuți mai tîrziu și oile cu lapte mai puțin vor fi aleși în turme mici, separate pentru a li se putea da o îngrijire mai atentă, o hrănire mai bună.

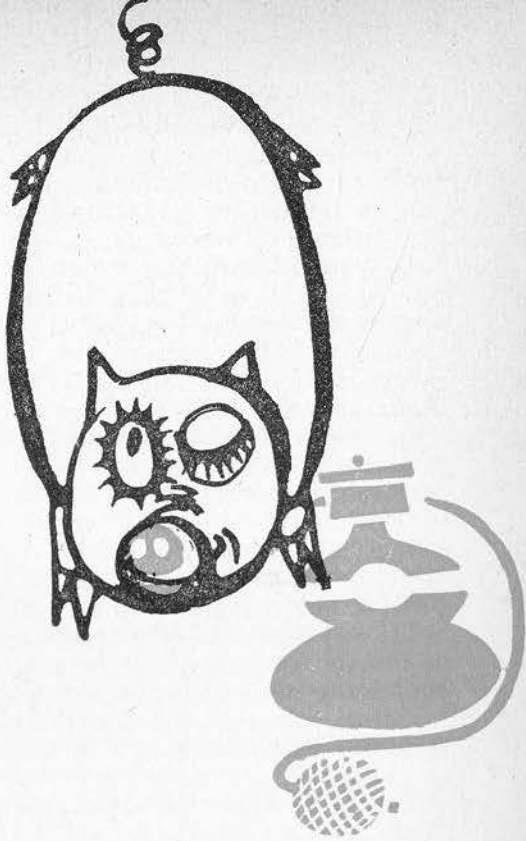
Mieii orfani, în caz că nu este posibil să se dea la o altă oaie-doică, vor fi hrăniți cu lapte de vacă. Laptele obligatoriu se va fierbe. Este bine să se fiarbă chiar înainte de a-l administra, pentru a-l da cald (35°C).

La purcei. Bolile mai des întîlnite la purcei se grupează ca și la celelalte specii în boli de nutriție și creștere, cauzate de condiții necorespunzătoare de întreținere, îngrijire și hrănire, boli infecțioase, produse de microbi și boli parazitare, produse de paraziți.

Printre bolile de nutriție și de creștere se întîlnesc avitaminozele (printre care mai ales rahitismul), enterita și bronhopneumonia.

Aceste boli au drept cauze lipsa în alimentație a substanțelor proteice în cantitatea necesară, a sărurilor minerale (fosfor, calciu) și a vitaminelor. Administrarea de nutrețuri lipsite de aceste substanțe, sau de nutrețuri stricate sau înghețate, administrarea la purcei de apă rece, a hranei în jgheaburi murdare, insuficient spălate și curățate, dormitul lor pe pardoseli reci pot declanșa diferite boli dăunătoare.

Tot aici amintim și anumite boli infecțioase ca pesta porcină, rinita atrofică (boala rîtului strîmb), variola, paratifoze, pneumonia și altele. Aceste boli, deși sînt produse de anumiți agenți — microbi sau virusuri, ca și o



altă grupă de boli provocate de diferiți paraziți se declanșează mai ușor, mai puternic și cu pagube mai mari acolo unde purceii nu sînt bine hrăniți, unde nu se respectă măsurile de igienă în administrarea hranei, unde nu sînt condiții corespunzătoare de îngrijire și întreținere în adăposturi etc.

Pentru a preveni îmbolnăvirea purceilor prin asigurarea unei dezvoltări normale a organismului, rezistent la boli, trebuie să se respecte anumite condiții privind hrănirea, îngrijirea și adăpatul purceilor.

Rația de hrană trebuie să conțină suficiente substanțe care să asigure creșterea (furaje bogate în proteine, vitamine, și săruri minerale).

Este necesar să li se asigure adăposturi igienice, bine aerisite și luminoase, călduroase și lipsite de curenți.

Hrana se va administra în jgheaburi curate, bine spălate și dezinfectate. Apa de băut trebuie să fie la temperatura de 16—18°C.

Ținînd seama că porcii în genere suferă de anumite boli infecțioase care se răspîndesc foarte repede, provocînd pagube însemnate, trebuie să se respecte și anumite măsuri sanitare-veterinare:

— nu se vor introduce porci din afară care dacă sînt bolnavi pot îmbolnăvi pe cei care-i avem;

— toți porcii vor fi vaccinați periodic;
— de îndată ce s-a îmbolnăvit un porc, se va izola și se va anunța medicul veterinar;
— la intrarea în adăpost vor fi instalate dezinfectoare;
— periodic se va face dezinfecția adăposturilor.

La pui și boboci. Și la pui și boboci, ca și la viței, miei și purcei, se întîlnesc boli de creștere și nutriție care apar ca urmare a unor greșeli de hrănire și îngrijire, boli microbiene și boli parazitare.

Administrarea de nutrețuri fermentate sau prea reci în hrana puilor și bobocilor poate provoca diaree.

De asemenea, hrănirea puilor cu nutrețuri sărace în vitamine și săruri minerale provoacă avitaminoze, dintre care rahitismul este boala cea mai răspîndită. De reținut că sînt mai expuși să se îmbolnăvească de avitaminoză puii și bobocii ieșiți din ouă provenie de la păsările furajate necorespunzător (nutrețuri sărace în vitamine, fără nutrețuri verzi etc.) și ținute în încăperi închise.

Tot aici este cazul să mai amintim și unele boli care apar ca urmare a unei rații de hrană neechilibrate care conține prea multe sau prea puține substanțe proteice și este săracă în săruri minerale etc. Aceste boli sînt: *perozisul* (boala mălaiului care se întîlnește în cazul unei alimentații numai cu mălai și a unei aglomerări a puilor și *guta*, produsă de o alimentație cu prea multe substanțe proteice și prea puțină verdeață.

Printre bolile puilor cele mai des întîlnite sînt diareea albă (puloroza) și pesta aviară, precum și bolile parazitare.

Prevenirea bolilor la pui și boboci se face prin respectarea cu strictețe a unor măsuri privind igiena hrănirii, îngrijirii, întreținerii puilor și bobocilor, a vaccinărilor etc.

Pentru a preîntîmpina avitaminozele, puii și bobocii trebuie să capete în cadrul rației nutrețuri bogate în vitamine (vara lucernă verde, iarna orz și ovăz încolțit, făină de lucernă, morcovi în amestec de uruieli de cereale și făină de lucernă, drojdie de bere, untură de pește, făină de oase, nutreț verde). Adăpostul trebuie să fie luminos, călduros și uscat. Halele trebuie să fie curate și dezinfectate periodic, în unele împrejurări folosindu-se în acest scop chiar flacăra lămpii de benzină.

Pentru prevenirea pulorozei, nu se vor folosi la incubație decît ouă recoltate de la găini controlate de către serviciul veterinar.

Prevenirea pestei aviare se realizează prin vaccinarea puilor, în primele două săptămîni de viață, iar la 2 luni se face revaccinarea.

Păsările nou achiziționate se vor ține în prealabil în carantină.

La intrarea în crescătorie și în fața fiecărui coteț, trebuie să existe dezinfectoare.

Se vor evita variațiile bruște în modul de viață, mutările dintr-o hală în alta, schimbările de temperatură, manipulările brutale care sperie păsările, zgomotele mari etc.

CÎTEVA SFATURI SCURTE PRIVIND CREȘTEREA PĂSĂRILOR

Producția de ouă depinde de o serie de factori: hrănire corespunzătoare, apă în cantitate suficientă, densitatea păsărilor în adăpost, temperatură optimă, lumină, ventilație, liniște etc.

Hrănirea corespunzătoare a găinilor constă din rații bogate în proteină, săruri minerale și vitamine.

Fiecare găină va primi zilnic 100—120 g de amestec de concentrate, care se dă în 3 tainuri.

Pentru hrana găinilor ouătoare, după posibilități, se vor folosi unul din următoarele amestecuri:

1) Uruială de porumb 30%, uruială de ovăz 20%, uruială de orz 20%, uruială de mazăre 10%, făină de carne 10%, făină de oase, var stins, coji de ouă pisate 10% și verdeață la discreție.

2) Uruială de ovăz 25%, uruială de porumb 30%, tărîțe de grîu 15%, șroturi 20%, făină de oase, var stins, coji de ouă pisate 5%, drojdie de bere 5% și zer la discreție.

3) Porumb galben 40%, orz 20%, ovăz 5%, spărtură de grîu 6%, mazăre 10%, șroturi de floarea-soarelui 10%, făină de lucernă 2%, făină de carne 5%, drojdie 2% (după G. Băia).

Totodată păsările vor primi la discreție verdeață (nutreț verde), morcovi, sfeclă etc. Este bine ca iarna, în coteț să se agațe cîteva sfecle din care găinile să ciugulească.

Să nu uităm *nevoile de calciu* ale unei găini ouătoare, atît pentru întreținerea propriului organism cît și pentru pro-

ducția de ouă. Un ou conține cam 2,25 g calciu. Cunoscînd că din calciul care intră în organism o dată cu hrana nu se asimilează decît jumătate, o găină ouătoare în producție trebuie să primească calciu (făină de scoici, coji de ouă pisate etc.) cam 6—7 g pe zi.

Apa. Este un element indispensabil în hrana păsărilor. Producția de ouă este mai tare influențată în caz de lipsă de apă decît de cea de mîncare. În coteț trebuie să fie adăpători cu apă la discreție.

Un adăpost bun este tot atît de necesar pentru găini ouătoare ca și hrana. El trebuie să fie încăpător, astfel ca *densitatea* păsărilor să nu depășească 3—6 găini pe m². Găinile care stau prea înghesuite se ciugulesc, își produc răni, ridică temperatura și umiditatea din adăpost, toate acestea fiind dăunătoare sănătății lor, deci și producției de ouă.

Ouatul este influențat de temperatura din adăpost. În adăpost temperatura trebuie să fie constantă, între 16—20°. Variațiile bruște de temperatură, curenții reci strică foarte mult. Găinile se tem mai puțin de o temperatură constantă mai rece în coteț decît de schimbările prea bruște de temperatură. Dacă sînt geamuri sparte, trebuie puse la loc iar crăpăturile astupate.

Umiditatea prea mare în adăpost este foarte dăunătoare pentru starea sănătății găinilor, ea favorizînd dezvoltarea unor boli.

Așadar, cotețul de păsări trebuie să fie bine aerisit, dar nu exagerat de ventilat, pentru a nu produce curenți de aer.

Lumina este un alt factor care influențează ouatul. De aceea ne vom strădui să asigurăm în coteț pătrunderea nestingherită a soarelui.

Dacă găinile își mînîncă ouăle. Ca urmare a unei hrăniri nesatisfăcătoare și îngrijiri proaste găinile fac ouă cu coajă subțire care se sparg ușor. Găinile dînd de gustul lor se obișnuiesc și apoi încep să le spargă și să le mănînce.

Cauzele pentru care găinile își mănîncă ouăle pot fi: densitatea prea mare a păsărilor, neaerisirea adăposturilor și furajarea necorespunzătoare (lipsa de proteine, vitamine și săruri minerale).

Dintre măsurile care le putem lua pentru a înlătura acest neajuns se numără asigurarea unei hrane bine echilibrată:

se va da verdeață, morcovi, sfeclă sau varză pentru ca păsările să aibă în permanență de ciugulit. În amestecul de nutrețuri concentrate se vor adăuga: făină de lucernă, calciu furajer și făină de scoici sau de coajă pisată de ouă. De asemenea, în așternut se vor arunca grăunțe ca păsările să scurme și să ciugulească.

Cuibarele vor fi așezate astfel încît găinile să nu vadă de jos ouăle care sînt înăuntru.

Ouăle se vor lua din cuibare de 3—4 ori pe zi.

Să luptăm contra păduchilor și căpușilor la păsări.

Păduchii și căpușile se întîlnesc destul de des la păsări, mai ales vara cînd se înmulțesc repede.

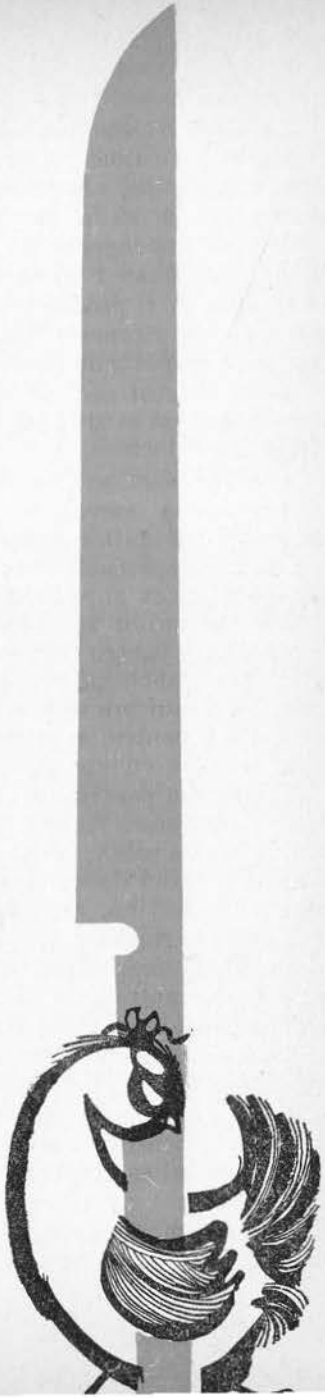
Păduchii se distrug prin pulverizarea emulsiei de 5 — 10 ml entomoxan la 1 l de apă, care ajunge la 10 găini. În același timp se pulverizează stinghiile, așternutul, pereții și tot cotețul.

Tratamentul se repetă la 12 zile.

De asemenea, se poate folosi Lindan 1,5%, floare de sulf 2 kg la 10 m² de suprafață.

În lupta contra păduchilor, în cotețe și padocuri se pun cutii cu următorul amestec: 10 kg cenușă de lemn și 1 kg de DDT, sau 10 kg cenușă de lemn, 1 kg floare de sulf și 100 g pulbere de piretru.

În acest amestec găinile vin singure și fac băi de praf.



Căpușile trăiesc pe păsări numai noaptea și le sug sîngele. Ele sînt periculoase și prin faptul că se vîră în toate crăpăturile pereților, ale scîndurilor etc., ceea ce face ca lupta împotriva lor să fie foarte grea.

Pentru distrugerea lor se folosesc: DDT sol. 5% în petrol, entomoxan 1 ml la 1 litru de apă, Lindan 1,5% etc.

Oricare ar fi produsul, cotețul se curăță întîi foarte atent și apoi se stropește bine așa ca substanța să pătrundă în toate crăpăturile din coteț.

Dacă cotețul este de zid și se poate închide ermetic, se recomandă să se ardă pucioasă, bineînțeles cu ușile și ferestrele bine închise.

Dezinfectarea se face de 2—3 ori pe an.

Îngrășarea curcanilor. În cotețe, densitatea păsărilor în cazul curcanilor poate să crească pînă la 2,7—3 capete pe m². Adăposturile vor fi bine aerisite, prevăzute cu așternut uscat și suficiente jgheaburi pentru a da posibilitate curcanilor să mănînce toți o dată; se vor prevedea circa 25 cm pentru fiecare pasăre, adică 1 m de jgheab accesibil din ambele părți pentru 8 capete. Alături de jgheaburile cu mîncare se vor așeza suficiente adăpători, ținînd seama că pentru a asigura un consum maxim de mîncare este necesar ca apa să fie la discreție.

Îngrășarea pentru a fi rapidă se face cu terci care este mai ușor de digerat. Acesta este format din amestecuri de nutrețuri ca de pildă: 60% porumb, 30% ovăz, 5% turte de soia, 3% făină de carne sau de subproduse de abator (stomacuri, intestine, organe etc. sterilizate prin fierbere) și 2% compus mineral și vitaminizat.

În lipsa compusului mineral, se vor adăuga la 100 kg amestec de nutrețuri concentrate 2 kg cretă furajeră, 0,3 kg sare de bucătărie, 1 kg făină de oase și 0,030 kg „Avimin".

De asemenea este bine ca în hrană să se adauge vitamine sub formă de făină de lucernă.

Terciul se face cu apă sau — dacă este posibil — cu lapte smîntînit, pentru că acesta face carnea mai albă și mai fragedă. Terciul se prepară cu 2 ore înainte de a se administra la păsări.

Reamintim că nu se va folosi făina de pește sau untura de pește, pentru a nu imprima miros cărnii.

Îngrășarea nu va dura mai mult de 3 săptămîni. Curcanii trebuie să mănînce cît mai mult. În primele zile terciul va fi mai uscat, amintind consistența grăunțelor pentru ca pe măsură ce perioada de îngrășare se apropie de sfîrșit să se prepare din ce în ce mai subțire (cu un conținut de lichid din ce în ce mai mare).

De obicei se dau 3 tainuri pe zi fiecare tain durînd cel mult 30 minute. Se va urmări ca tainul să nu fie mai mare decît pot să mănînce păsările. El trebuie consumat în întregime, pentru că resturile fermentează.

Se recomandă ca înainte de a se însera să se mai dea o rație de grăunțe a căror digestie se va face în timpul nopții.

Acest sistem de îngrășare, fără a necesita volumul mare de muncă cerut de îndoparea curcanilor, dă satisfacție deplină crescătorilor.

CÎTEVA SFATURI SCURTE PRIVIND CREȘTEREA PORCILOR

— Fiecare scroafă în 2 ani trebuie să fete de 3 ori, dar se pot obține și 5 fătări.

— Fiecare scroafă trebuie să înțarce cel puțin 12 purcei pe an.

— Hrăniți porcii puși la îngrășat de 2 ori pe zi! Este mai economic și porcii se îngrașă mai bine decît hrănindu-i la discreție.

— Pregătiți hrana porcilor cu apă călduță, adăpați-i cu apă la temperatura grajdului! Folosirea apei calde face ca digestia să fie mai bună, mai completă și cu consum de energie mai mic.

— Rețetă de amestec de nutrețuri concentrate în % pentru porci la îngrășat (după Gh. Marinescu): pentru porci la 40—70 kg: porumb 44%, orz 32%, ovăz 9%, tărițe de grîu 5%, șroturi de floarea-soarelui 8% și amestec mineral 2%.

Rația zilnică pe cap de porc: concentrate 2,2 kg și lucernă verde 2,0 kg.

Atenție la insolație. Razele soarelui produc asupra porcilor albi și mai ales asupra purceilor (Alb de carne, Landrace și alte rase) aceleași efecte ca și asupra omului: insolație și arsuri; pielea se înroșește, devine dureroasă, iar la purcei se produc arsuri grave.

În asemenea cazuri animalele vor fi scoase de sub efectul razelor solare timp de cîteva zile, iar pielea în locurile arse se va unge cu untdelemn.

Pentru a preveni insolațiile, purceii vor fi obișnuiți treptat cu acțiunea razelor solare. În padocuri se recomandă să fie umbrare.

Criza de trei săptămîni a purceilor. Uneori se observă că purceii născuți sănătoși și bine dezvoltați, de la vîrsta de 3—4 săptămîni, încep să slăbească, arată obosiți și indispuși, respiră greu și de-abia se țin pe picioare.

E vorba de o *anemie* provocată de subnutriție, din cauza producției prea mici, insuficiente de lapte a scroafei care alăptează și din lipsa de fier, cupru și alte minerale în organismul purceilor.

Această boală se întîlnește mai ales la purceii ale căror scroafe în timpul gestației și alăptării sînt hrănite unilateral, de pildă cu borhoturi.

Preîntîmpinarea îmbolnăvirii purceilor trebuie să înceapă cu scroafa gestantă, căreia i se vor da zilnic în hrană cîte 20 g sulfat de fier, iar în timpul alăptării purceilor, din hrana scroafei nu trebuie să lipsească furajele verzi și concentratele.

Pentru a asigura necesarul de minerale al purceilor se recomandă fie să se ungă de două ori pe zi sfîrcurile scroafelor-mame cu o soluție de calaican și piatră vînătă (sulfat de fier 2,5‰ și sulfat de cupru 1‰, la care se adaugă sirop) pentru ca în timpul suptului purceii să înghită medicamentele, fie să se pună în boxa purceilor amestec de pămînt sau argilă conținînd 100 părți pămînt, 10 părți sulfat de fier și 1 parte sulfat de cupru.

În același timp purceii vor primi la discreție orz sau ovăz încolțit și prăjit.

Purceii trebuie lăsați să zburde în voie în padoc, bucurîndu-se de aer și soare.

Cîteva date despre hrănirea scroafelor gestante.

Multă vreme nu s-a acordat atenția cuvenită hrănirii scroafelor în mod corespunzător din punct de vedere calitativ.

Scroafa, după ce a înțărcat un rînd de purcei, trebuie să-și refacă rapid rezervele sale. Această reconstituire are loc deseori în prima jumătate a gestației care începe imediat

după înțărcarea purceilor. Așadar, organismul scroafei va trebui să facă față unor noi eforturi.

Trebuie avut în vedere că îngrășarea scroafelor nu este bine venită. Asemenea scroafe prind mai greu, adică fecundarea se face mai greu, fată greu, au purcei și lapte mai puțin.

Hrănirea scroafelor numai cu porumb nu se recomandă. Ele trebuie hrănite cu furaje bogate în substanțe minerale și vitamine. Vara vor fi hrănite cu ovăz și pășune, iar în perioada de iarnă li se va da sfeclă și chiar nutreț murat de bună calitate, pe lîngă concentrate.

Este bine ca din rația de furajare a scroafelor gestante să nu lipsească ovăzul, orzul, făina de lucernă, făina de sînge, creta furajeră, făina de oase, sarea de bucătărie și preparatul „pormin".

PRIMUL AJUTOR LA ÎMBOLNĂVIREA SAU ACCIDENTAREA ANIMALELOR

Salvarea vieții unui animal accidentat sau îmbolnăvit grav pe neașteptate depinde de cele mai multe ori de aplicarea corectă și fără întîrziere a măsurilor de prim ajutor.

Crescătorul sau îngrijitorul de animale trebuie să știe să stabilească cu mult discernămînt ce boală este și ce anume trebuie să facă pentru a ajuta la salvarea vieții animalului, la vindecarea lui. O intervenție greșită din cauza confundării unei boli cu alta poate uneori mai mult să dăuneze decît să ajute, iar alteori — în cazul unor boli molipsitoare — să contribuie la molipsirea altor animale sau chiar a crescătorului însuși. Crescătorul trebuie să cunoască bine semnele cîtorva boli mai des întîlnite și ce anume măsuri trebuie luate pentru a interveni fără pripeală periculoasă, dar și fără zăbavă inutilă.

La accidentarea unui animal se pot produce contuzii, răniri — unele însoțite de hemoragii (pierdere de sînge) — arsuri, eforturi, fracturi, luxații etc.; alteori apar dintr-odată îmbolnăviri grave ca obstrucția (înecarea) esofagului, indigestii gazoase, intoxicații, colici etc. Să vedem ce avem de făcut în fiecare caz în parte, pînă la venirea medicului veterinar.

Contuziile, adică vătămarea țesuturilor de sub piele, fără însă o vătămare vizibilă a ei, apar ca urmare a unor loviri cu un corp neascuțit, sau a apăsării produse de un ham neajustat, și se manifestă printr-o umflătură dureroasă și fierbinte, alteori apare chiar și o pungă cu sînge sub piele.

Ca măsuri se recomandă ca imediat după ce s-a produs contuzia să se aplice pe locul bolnav în primele 2—3 zile pungi cu gheață sau saci uzi care se vor uda mereu. Dacă au trecut mai multe zile și umflătura se menține se vor face pensulații cu tinctură de iod.

Rănile. La rănile sîngerînde, primul ajutor este oprirea hemoragiei (scurgerea sîngelui). Așadar, dacă din rană sîngele țîșnește puternic sau curge în cantitate mare, în șuvoi, înseamnă că a fost tăiat un vas de sînge mai mare. În acest caz, dacă locul permite, deasupra rănii se va aplica un tub de cauciuc, o curea sau un prosop răsucit și se va lega strîns, menținîndu-se această legătură 1—1½ oră, în care interval de timp se va chema medicul veterinar pentru a lua măsurile impuse de împrejurări.

Dacă sîngele nu curge prea tare dar rana este totuși sîngerîndă, întîi se va turna puțină apă oxigenată; apoi se va aplica pe rană un tampon de tifon steril, care se va ține cîteva minute, apăsînd ușor. Este foarte important de ținut minte că pentru a opri sîngele nu se fac mișcări de ștergere a rănii ci se execută o tamponare a suprafeței sîngerînde.

Dacă totuși pierderea de sînge continuă, pe rană se va aplica un *pansament compresiv*.

Cum se pune acesta? Se așază pe rană mai multe straturi de tifon steril (sau, cum se mai cheamă, comprese sterile), apoi se pune un strat gros de vată și întreaga regiune se înfășoară strîns, așa ca să apese pe rană, cu o față de tifon.

Arsurile pot fi cauzate de acțiunea unei temperaturi prea ridicate (foc, un lichid fierbinte etc.) sau de acțiunea unor substanțe chimice (acizi, sodă caustică etc.). Îngrijirile care trebuie date depind de gradul arsurii.

În caz de arsură ușoară, locul respectiv se va unge cu liniment oleo-calcar (amestec de ulei vegetal și apă de var).

În arsuri mai grave, ca primă, măsură rana se va șterge cu un tampon de alcool; restul va stabili specialistul.

În arsuri produse de substanțe chimice rănile se vor spăla neîntîrziat cu multă apă; în arsuri provocate de acizi, rănile se vor spăla cu apă și săpun sau soluție apoasă 4% de bicarbonat de sodiu; în arsuri produse de soda caustică, rana se va spăla cu soluție slabă de oțet. Peste arsură se aplică bucăți de tifon steril îmbibate cu ulei de vaselină, fixîndu-se cu leucoplast sau fești de tifon.

Fracturile oaselor. De îndată ce se constată o fractură (frîngerea unui os), măsura imediată este de a imobiliza locul fracturat. Dacă pe lîngă fractură, curge și sînge, întîi se va opri hemoragia, apoi rana se va acoperi cu comprese sterile de tifon și dacă este vorba de un animal mare (cal, vacă), acesta se va suspenda în grajd în chingi astfel încît să se sprijine numai pe picioarele sănătoase. La animalele mici ca și la viței sau mînji se va aplica un bandaj care să imobilizeze regiunea cu osul fracturat. În acest scop se va căuta să se așeze capetele osului rupt în poziția lor normală, apoi întregul picior bolnav se va înfășura într-un strat gros și uniform de vată peste care se vor așeza de jur împrejur 4—6 atele, adică scîndurele subțiri și lungi cît ține lungimea piciorului. Atelele se fixează cu ajutorul unei fești de tifon. Măsurile definitive le va aplica medicul veterinar.

Luxațiile. Primul ajutor la luxații (scrîntituri) este repunerea, *dacă este posibil*, a capetelor osoase în încheietură și imobilizarea regiunii prin atele și fețe de tifon ca și în cazul fracturii.

Fractura cornului. Ca măsură de prim ajutor se va urmări să se oprească hemoragia. În acest scop se va turna apă oxigenată și se va aplica un pansament compresiv. Medicul veterinar va lua apoi toate măsurile necesare.

Rană produsă de un cui de pe stradă. E vorba de pătrunderea în talpă la cai, boi sau vaci, în timpul mersului a cîte unui cui, sîrmă ghimpată sau alte obiecte ascuțite. Imediat ce s-a produs acest accident corpul străin se va scoate cu atenție, apoi se va cere potcovarului să lărgească ușor locul înțepăturii, în formă de pîlnie și se vor turna cîteva picături de apă oxigenată sau tinctură de iod. Gaura se va astupa cu un pansament cu gudron vegetal.

Obstrucția esofagului cu corpuri străine este un accident care se întîlnește la vite (vaci, viței etc.) care mănîncă lacom; mîncînd sfeclă, morcovi, mere sau pere, ele înghit bucăți prea mari care se opresc în esofag, fie mai aproape de gură, adică în porțiunea gîtului, fie în porțiunea esofagului din cavitatea toracică.

Animalul este neliniștit, stă cu capul aplecat și cu gîtul întins. Dacă corpul înghițit se află în porțiunea dintre faringe și intrarea în piept, el se vede și se simte la pipăit de-a lungul gîtului. În acest caz se va turna animalului pe gură o ceșcuță cu untdelemn și apoi i se va face un masaj prin presiune cu palmele ambelor mîini pe laturile gîtului în direcția gurii, încercînd astfel ca obiectul înghițit să fie respins înapoi în gură. Dacă nu se reușește astfel, sau dacă corpul înghițit nu se simte de-a lungul gîtului, ceea ce înseamnă că se găsește în esofag, în porțiunea din piept, se va chema urgent medicul veterinar pentru a hotărî asupra măsurilor de luat.

Timpanismul acut (indigestia gazoasă, umflarea) la rumegătoare este o boală cu mers foarte rapid; dacă nu se intervine de urgență animalul poate să moară.

Așadar, trebuie luate neîntîrziat măsuri de prim ajutor. În gura animalului se va băga un căluș de lemn; pentru ca animalul să nu-l arunce, la capetele de la colțurile gurii se va lega cu sfoară de coarne. Animalul se va așeza cu picioarele dindărăt într-un șanț, așa încît partea dinaintea corpului să stea mai sus. În această poziție rumenul umflat cu gaze nu stînjenește respirația, pentru că nu mai apasă pe plămîni și se ușurează eliminarea gazelor. În același timp se face un masaj energic al burții mai ales în partea stîngă. Dacă afară este cald se va pune pe șalele animalului bolnav un sac și se va turna mereu apă rece. Uneori pentru eliminarea gazelor ajută o plimbare, dar neapărat la deal.

Dacă starea animalului se menține gravă (este umflat tare, nu elimină gazele și respiră greu), fără multe amînări se va proceda la *puncția rumenului*. Această operație se face cu un instrument numit *trocar*, format din canulă și stilet. Puncția se execută în partea stîngă a corpului în regiunea „flămîndei" sau a „deșertului", la mijlocul distanței dintre ultima coastă și șold, la un lat de palmă de marginea laterală osoasă a vertebrelor care formează șira spinării.

Înainte de a face înțepătura, locul se tunde și se pensulează cu tinctură de iod (sau în lipsă se șterge cu un tampon cu alcool). Apoi printr-o mișcare rapidă se introduce trocarul în direcția spre dreapta înainte și în jos, cam spre cotul din dreapta. După ce s-a introdus trocarul, stiletul se trage afară, iar canula se lasă cîteva ore pentru a se elimina complet gazele. Totodată se va chema medicul veterinar pentru a aplica întregul tratament.

Colicile sînt manifestări de durere (crampe, junghiuri etc.) la nivelul stomacului, a intestinelor, vezicii urinare etc. Din cauza durerii, animalul este neliniștit și se trîntește.

Cauzele, ca și tratamentul, sînt foarte variate, de aceea se va chema de urgență medicul veterinar pentru a face tot ce trebuie. Pînă la sosirea lui este însă foarte important ca animalul bolnav să fie bușumat bine, eventual fricționat cu spirt, învelit cu o pătură și plimbat, pentru a-l împiedica să se trîntească.

Intoxicațiile se pot produce în urma consumului de nutrețuri stricate, mucegăite, sau care conțin plante otrăvitoare: tutun, cucută, stîrigoaie, degetariță, aconit (omeag), brîndușa de toamnă, lupin (cafeluță), mac sălbatic, laptele cucului, mătrăgună, laur, muștar, dediței, floarea paștelui, coada calului, știr sălbatic, odolean, smirdar, grîu cu mălură, cornul secarei și multe altele.

Animalele intoxicate devin neliniștite, au colici, tremură, respiră greu, din gură le curg bale, se umflă; mieii, viteii, oile și porcii varsă.

Pînă la sosirea medicului veterinar, ca măsuri de prim ajutor comune mai multor feluri de intoxicații se va da animalului pe gură, cu sticla, lapte simplu sau cu ouă bătute, 4—5 litri la cal, bou, mînz sau viței și 0,5—1 litru la animale mici; de asemenea se pot da ceaiuri, praf de cărbune de lemn (300—500 g la animalele mari și 100—200 g la animalele mici) amestecat cu apă.

Animalul intoxicat se va bușuma bine sau se va fricționa cu apă și oțet. Dacă este cuprins de toropeală (așa cum se

întîmplă în intoxicațiile cu macul de cîmp) se vor pune pe ceafă comprese cu gheață sau apă rece și animalul va fi împiedicat să adoarmă.

O METODĂ SIMPLĂ DAR FOARTE VALOROASĂ: PRODUCEREA NUTREȚURILOR VERZI IARNA

Importanța nutrețului vitaminos în hrana animalelor și mai ales a celor tinere și a păsărilor este cunoscută. Dar dacă asemenea furaje se pot ușor asigura vara, în perioada de iarnă trebuie să se recurgă la morcovii însilozați, făina de lucernă sau altele. Pe lîngă acestea se extinde tot mai mult metoda producerii de furaje verzi iarna în încăperi încălzite cu folosirea de soluții nutritive pentru plante. Pentru aceasta ne trebuie o încăpere luminoasă, încălzită la o temperatură constantă de 18—20°C, cu umiditatea de 60—70%, stelaje, tăvi, semințe și soluții nutritive.

De obicei se face un amestec de semințe: cca. 60% graminee (orz, ovăz, porumb, sorg, grîu, secară) și 40% leguminoase (mazăre, măzăriche etc.). Cu cît proporția de leguminoase este mai mare, putînd crește pînă la 60—70%, cu atît valoarea nutritivă a nutrețului verde obținut va fi mai ridicată.

Amestecul de semințe se pune la germinat pe timp de 3—4 zile la temperatura de 20—22°C.

Semințele se pun în tăvi în strat uniform calculînd cam 4,5—5 kg/m² și se udă de 2 ori pe zi cu apă la temperatura camerei, avînd grijă ca după aproximativ 30—40 minute excesul de apă să fie scurs. După ce plantele și-au format rădăcini și au crescut cam de 2—3 cm, în loc de apă, ele vor fi hrănite cu soluție nutritivă, cu precizarea că nu trebuie stropite direct pe frunze.

Într-un colț al tăvii plantele se ridică ușor și se toarnă soluția nutritivă în fiecare tavă atît cît să acopere bine rădăcinile (cam 10—12 litri de soluție pe m² de tavă). Plantele se udă de 2 ori pe zi.

Soluția nutritivă pentru plante se prepară folosind *amestecul hidroponic*, format din mai multe săruri minerale. Acest amestec se poate cumpăra de la orice farmacie veterinară; diluarea amestecului cu apă se face în proporțiile indicate în prospectul fabricii producătoare.

Soluția nutritivă se poate însă prepara și cu mijloacele existente în orice gospodărie, după rețeta pe care o prezentăm mai jos: 6 kg balegă de vacă, 2 kg gunoi de oaie și 0,250 kg cenușă cernută se amestecă cu 25 litri apă. Acest amestec se ține la fermentat 5—6 zile într-o încăpere la 18—20°C. Apoi soluția se strecoară și pentru a fi folosită la udatul nutrețului verde se diluează în 100 litri apă.

În 6—9 zile plantele ajung la 25—30 cm înălțime, cînd se pot da în consum. În acest fel se obține o producție de 20—30 kg nutreț verde pe m² de tavă.

Nutrețul verde se folosește în hrana puilor, păsărilor ouătoare și purceilor, pe cap și zi după cum urmează:

— pui	10 g
— găină ouătoare	20— 40 g
— purcel sugar	50—100 g
— purcel înțărcat	100—150 g

Nutrețul verde se toacă împreună cu rădăcinile sale; pentru păsări se toacă mai mărunt (3—4 cm) iar pentru purcei sugari la dimensiuni de 7—8 cm lungime; la purceii înțărcați se toacă și se amestecă cu frunze de fîn de lucernă sau cu făină de lucernă.

Pentru a nu se face risipă, el se administrează în jgheaburi de hrană.

Nutrețul verde astfel obținut are valoare nutritivă mai mare decît a grăunțelor din care provine; este bogat în proteine, substanțe minerale, vitamine, fermenți etc. Fiind un furaj fraged, suculent și cu gust plăcut este consumat cu plăcere, mărind pofta de mîncare și ușurînd digestia.

PRISACA

CÎTEVA DATE DESPRE BIOLOGIA ALBINELOR

O familie de albine este compusă din albine lucrătoare, o matcă și cîteva sute de trîntori. Numărul albinelor lucrătoare dintr-un stup este de aproximativ 40 000 — 80 000 — vara, 20—30 000 — toamna și 15 000 — 25 000 — iarna.

Durata vieții unei albine lucrătoare este de 35—45 zile primăvara și vara și 8—9 luni, toamna și iarna.

O matcă trăiește 3—5 ani și depune zilnic pînă la 2 000 de ouă, iar într-un sezon între 150 000 și 200 000 de ouă.

Trîntorii au rolul de a se împerechea cu mătcile tinere, să le fecundeze; spre sfîrșitul verii albinele lucrătoare îi alungă din stup și-i lasă să moară de foame.

Într-un singur zbor albina aduce în stup o încărcătură de 30 — 50 mg de nectar, care reprezintă 1/3 din greutatea corpului ei.

1 kg de miere se obține din nectarul a cca. 2 000 000 de flori de salcîm sau 5 000 000 de flori de sparcetă; acest nectar este adus de cca. 400 000 albine.

Într-o zi o familie puternică de albine poate să aducă 5—6 kg de nectar.

În cursul unui an albinele consumă cca. 90 kg de miere (mierea de întreținere), dar produc 110—120 kg, diferența fiind deci producția de miere-marfă; se pot obține producții și de 50—60 kg de miere-marfă la stup.

Dar folosul cel mai mare pe care-l aduc albinele, mai mare decît producția de miere, ceară sau lăptișor de matcă, este polenizarea culturilor agricole, ceea ce aduce un spor de recoltă de 25 — 60%.

RECOLTAREA ȘI PĂSTRAREA MIERII

Mierea se poate recolta prin scurgere liberă din faguri descăpăciți, prin presarea fagurilor sau prin extragere cu ajutorul extractorului centrifugal. Noi ne vom opri la această din urmă metodă, fiind cea mai des folosită.

În primul rînd se vor verifica fagurii dacă n-au puieți; se vor lua numai fagurii cu mierea maturată, adică acei care sînt căpăciți în partea superioară și mierea nu se scurge.

Extragerea mierii de obicei se face pe soiuri; din acest considerent la scoaterea din stup, fagurii se sortează și se depozitează pe soiuri (de salcîm, de tei etc.).

Înainte de a introduce fagurii în extractor, ei se descăpăcesc fie cu un cuțit încălzit în apă fierbinte, fie cu furculița pentru descăpăcit.

Extractorul se instalează pe un suport astfel ca mierea să se scurgă din robinet printr-o sită dublă, pentru a reține impuritățile într-un vas așezat sub robinet.

După așezarea fagurilor în extractor începem să învîrtim de manivelă, la început încet apoi din ce în ce mai repede, pînă la 60—80 turații pe minut.

După ce s-a extras o cantitate oarecare de miere dintr-o parte a fagurelui se întorc ramele pe fața cealaltă și se extrage toată mierea din această a 2-a parte, urmînd a se reveni din nou la prima. Se procedează în acest fel pentru a nu se rupe fagurii.

Mierea, după ce se limpezește se toarnă în vase smălțuite sau borcane de sticlă. Nu se recomandă păstrarea mierii în vase metalice care se oxidează.

Mierea se păstrează în încăperi curate, lipsite de diferite mirosuri ca cel de petrol, benzină sau de murături, deoarece împrumută aceste mirosuri.

O METODĂ SIMPLĂ DE ROIRE ARTIFICIALĂ

Roirea artificială — acest mod de înmulțire a familiilor de albine — trebuie să-l realizăm astfel încît familia nouă să se formeze rapid, fără să sufere producția de miere, ci dimpotrivă să contribuie la mărirea ei. Apicultorii au imaginat mai multe metode de roire artificială — dintre care noi vom descrie pe cea mai simplă, cît se poate de practică și cu rezultate foarte bune.

Într-o zi liniștită, însorită, înainte de prînz, cînd cele mai bune albine zburătoare sînt la cules de nectar și polen se pregătește un stup gol, curățat și dezinfectat care se aduce lîngă un stup cu familie puternică (cel puțin 6—7 rame cu puiet). Din acestea se iau 2—3 faguri cu puiet căpăcit și 2 faguri cu miere și polen cu albinele care se află pe ei și se trec în stupul gol. Totodată se scutură în stup și albinele de pe încă 2—3 rame, astfel ca în noul stup să fie cel puțin 1 kg albine. Stupul se acoperă și se așază pe un loc nou.

Pînă la apusul soarelui, albinele bătrîne vor părăsi noul stup pentru a se reîntoarce la cel vechi; în roi rămîn numai

albinele tinere care se vor dedica creşterii puietului din faguri. În aceeaşi zi, spre seară se va da roiului o matcă tînără împerecheată sau se fixează o botcă căpăcită. Deoarece albinele vîrstnice primesc cu greutate o matcă străină, matca pe care o dăm noului roi se va introduce cu măsuri de precauţie în cuşcă.

Pe măsură ce se dezvoltă roiul şi se întăreşte noua familie, în stup se vor introduce noi rame cu faguri artificiali.

ÎNGRIJIREA FAMILIILOR DE ALBINE ÎN PERIOADA CULESULUI MARE

În timpul culesului mare, adică perioada cînd în natură este abundenţă mare de nectar, pentru a obţine producţii cît mai mari de miere, familiile de albine trebuie să aibă un număr cît mai mare de albine tinere şi culegătoare şi faguri liberi pentru depunerea mierii.

Înaintea începerii culesului se va revizui stup cu stup şi se va reorganiza fiecare cuib, aşa ca să se asigure faguri liberi pentru depunerea nectarului, dar fără a împiedica depunerea ouălor de către matcă.

Se obişnuieşte de către unii stupari în cazul unui cules intens, dar de scurtă durată, să se limiteze ouatul mătcii prin separarea într-o parte a stupului prin rame cu miere sau gratii.

Fagurii vechi, deformaţi, cu prea multe celule de trîntori se scot şi se dau la retopit. Fagurii plini cu miere (ei trebuie să fie cu mierea căpăcită cel puţin în treimea superioară), se scot şi se duc la magazie pentru recoltare. În locul lor se pun faguri clădiţi, care trebuie să fie numai cu celule de lucrătoare sau faguri artificiali.

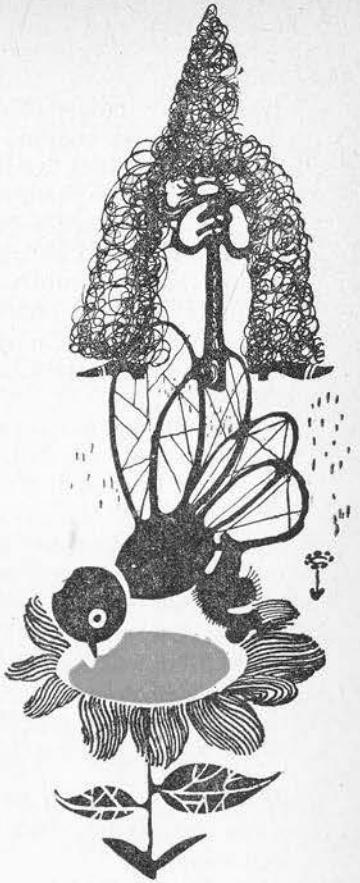
Spaţiul între rame se lărgeşte.

Dacă într-o familie se găsesc mai multe botci, se lasă una sau cel mult două.

Este bine ca din 3 în 3 zile, către seară, să se verifice fiecare stup pentru a constata dacă albinele au început depozitarea mierii şi clăditul fagurilor, pentru a scoate ramele pline cu miere şi a le înlocui cu faguri noi.

STUPĂRITUL PASTORAL

Stupăritul pastoral, adică deplasarea stupilor cu albine dintr-un loc unde nu mai sînt plante în floare, în alt loc cu plante melifere multe în perioada de înflorire, este o metodă care se practică fie pentru a asigura un cules de întreţinere, fie pentru a obţine recolte mai mari de miere, fie în sfîrşit pentru polenizarea culturilor agricole cu ajutorul albinelor.



De obicei, stupinele se transportă în păduri de salcîm sau de tei, în apropierea zmeurişurilor, a livezilor de pomi fructiferi, a fineţelor, a lanurilor cu floarea-soarelui, hrişcă, rapiţă etc.

Înainte însă de a se deplasa stupii, trebuie să se identifice masivul melifer, să se stabilească capacitatea sa meliferă, cît timp durează înflorirea plantelor, numărul de familii de albine repartizate acolo, starea sănătăţii lor etc.

Cu 15—20 zile înaintea deplasării stupinei, se va controla amănunţit starea stupilor şi a utilajului agricol. Se vor revizui dispozitivele speciale de fixare pe timpul transportului. Se vor completa ramele cu faguri, se vor astupa crăpăturile din stupi. Se va revizui cabana cu întregul echipament.

Cu cîteva zile înainte de a transporta stupii se execută anumite pregătiri ale familiilor de albine. Astfel:

— fagurii cu cantităţi mari de miere se scot şi în locul lor se pun faguri goi, cu miere puţină;

— ramele se fixează bine cu distanţatoare;

— în interiorul cuibului se lasă un loc gol pentru refugierea albinelor de pe faguri.

Se asigură ventilația necesară în stup.

Primăvara și toamna stupii se pot transporta și ziua. În timpul verii însă familiile de albine se deplasează noaptea. În ajunul plecării, seara, după ce toate albinele au intrat în stupi, se închid urdinișurile.

De obicei stupii se transportă cu autocamionul, încărcîndu-se pe 3 sau 4 rînduri. După ce au fost așezați pe un strat de paie, ei se leagă strîns.

Pe drum se fac din timp în timp scurte opriri pentru a controla dacă stupii nu s-au răsturnat, dacă n-au ieșit albinele etc.

Ajunși la destinație, stupii se descarcă imediat, se așază în noua vatră, se instalează adăpătorul și cam după 30 minute de la descărcare se deschid urdinișurile.

Pentru ca excesul de apă sau broaștele să nu pătrundă în stupi, aceștia se așază pe tărușI.

ÎNGRIJIREA FAMILIILOR DE ALBINE ÎN PERIOADA DE PREGĂTIRE PENTRU IERNARE

Producțiile de miere depind, între altele, de 2 factori: abundență de nectar în natură și cît mai multe albine culegătoare în fiecare familie, în perioadele de cules. În acest scop familiile de albine trebuie să intre în iarnă cu un număr cît mai mare de albine tinere, eclozionate către sfîrșitul lunii august și în luna septembrie și bineînțeles la ieșirea din iarnă, familiile de albine să fie puternice și numeroase.

Se știe că albinele eclozionate în august-septembrie — spre deosebire de albinele crescute în primăvară sau în cursul verii care au o viață de numai 35—45 zile trăiesc 7—8 luni. Ele sînt mai rezistente la frig și pot produce lăptișorul necesar creșterii de puiet către sfîrșitul iernii.

Or, cunoscînd că după încetarea culesului numărul de albine scade mult, trebuie să creem condiții pentru stimularea depunerii ouălor și creșterea puietului.

Din stup se scot magazinele de recoltă și se restrînge cuibul. Se lasă numai faguri de bună calitate, avînd cel puțin 2 kg miere. În mijlocul cuibului se pun faguri liberi pentru depunerea ouălor.

Se va observa ca acești faguri să nu aibă numeroase celule de trîntori pentru că în acest caz mătcile nu depun ouă în asemenea faguri.

În caz de lipsă de cules, familiile de albine vor primi miere prin descăpăcirea ramelor cu miere (la 3—4 zile cîte 1—2 dm²) sau 0,5—1 kg sirop de zahăr pe săptămînă (o parte zahăr și 2 părți apă).

De asemenea se vor asigura cantități importante de polen sau păstură (polenul depozitat în celulele fagurilor).

Pe măsură ce se răcesc nopțile, pentru păstrarea căldurii în stup în dreapta și în stînga cuibului și deasupra se pun salteluțe.

*

Sfaturi practice:

— Este interesant de reținut că stuparul își poate face singur rezerve de polen prin recoltare manuală, scuturînd chiar în lan paniculele de porumb la începutul înfloririi în cutii de placaj.

— Se vor folosi mătci tinere pentru că acestea depun mai multe ouă în această parte a sezonului.

— Se vor selecționa în timp acele familii de albine care mențin un ritm ridicat de creștere a puietului în partea a doua a sezonului.

— Pentru iernare în stup trebuie să se asigure cantitatea de aproximativ 18—20 kg miere de familie și 1—2 faguri cu păstură acoperită de miere.

DEZINFECȚIA ÎN STUPINĂ

Dezinfecția este una din principalele măsuri de prevenire și de combatere a bolilor la albine.

Dezinfecția stupilor se face de 2 ori pe an, primăvara și toamna și se execută cu mijloace mecanice sau cu substanțe chimice, în soluție apoasă sau sub formă de gaz. Una dintre metodele folosite în dezinfecția stupilor este:

Flambarea care se face cu flacăra lămpii de benzină. Stupul și toate accesoriile după ce au fost curățate se flambează pînă ce suprafața lemnului devine de un brun deschis, apoi se spală cu apă fierbinte și se lasă la soare să se usuce.

Ca soluții dezinfectante se folosesc:

Leșia de cenușă de lemn se prepară fierbînd timp de 2 ore 30 părți cenușă în 100 părți apă, după care se limpezește și se strecoară.

Soda de rufe, în soluție de 1—2% în apă, se folosește la dezinfecția materialelor din pînză, iar în soluție de 3—5% la dezinfecția stupilor, centrifugelor etc.

Formolul în soluție de 10% se folosește pentru dezinfecția ramelor și fagurilor.

Vaporii de pucioasă se aplică pentru deparazitarea și distrugerea sporilor.

Dezinfecția stupilor se face în zile călduroase, cînd cele mai multe albine nu sînt în stup.

În prealabil se pregătesc 5—6 stupi liberi, curățați și dezinfectați. Stupii dezinfectați se așază în locul celor care urmează să fie înlocuiți. Din stupul nedezinfectat, după ce s-a ridicat capacul, perna, podișorul și diafragma, se scot ramele una cîte una, se curăță și se mută în stupul dezinfectat în aceeași ordine. Mutarea se face repede pentru a preveni furtișagul.

Stupul vechi rămas gol cu diafragmele și podișorul se scoate din stupină și se curăță bine cu o perie aspră sau se rade cu șpaclul sau dalta; apoi se spală cu soluție fierbinte de leșie sau de sodă de rufe în concentrațiile care s-au arătat mai înainte.

După aceasta stupul se clătește cu apă curată și se lasă la soare să se usuce.

SĂ CREȘTEM VIERMI DE MĂTASE

DESPRE CONDIȚIILE DE CREȘTERE

Creșterea viermilor de mătase este o ocupație rentabilă care nu cere instalații deosebite sau cheltuieli mari. Un minimum de condiții, îngrijire și hrănire atentă și în cca. 40 zile crescătorul vede rezultatul muncii sale: 10 g sămînță de viermi de mătase dau o producție medie de 20—25 kg gogoși.

În funcție de vegetația dudului, de frunza de dud existentă se pot organiza creșteri repetate, adică 2—3 creșteri pe an

începînd din primăvară și pînă în toamnă și în acest fel veniturile se dublează sau se triplează.

Dar pentru reușită trebuie asigurate unele condiții de mediu legate de hrană, temperatură, umiditate, aerisire, lumină și spațiul de creștere.

STABILIREA CANTITĂȚII DE SĂMÎNȚĂ DE VIERMI DE MĂTASE

Pentru a ne da seama despre posibilitățile pe care le avem trebuie să pornim de la un calcul.

Pentru *1 g de sămînță*, care conține cam 1 500 ouă, este nevoie pentru întreaga perioadă de *30—35 kg de frunză de dud*. Această cantitate de frunză se recoltează de pe un dud mare sau 2 duzi mai mici. Iar ca spațiu de creștere pentru aceeași cantitate de sămînță este necesară o suprafață de 3 m² sau respectiv 3,3 m³ volum al încăperii în ultima vîrstă a viermilor de mătase. Pornind de la acest calcul pentru viermii rezultați de la 10 g de sămînță, se va asigura ca spațiu o cameră de 4 × 4 m și înaltă de 3 m. În această încăpere se vor amenaja paturi în suprafață de 30 m² sau 15 paturi de 2 m lungime și 1 m lățime. Paturile se pot pune și etajat cu distanța între ele de 75 cm.

Îngrijirea viermilor din 10 g sămînță o poate face o singură persoană în primele trei vîrste și 2 persoane în ultimele două vîrste.

DESPRE VIAȚA VIERMILOR DE MĂTASE

Viermele de mătase este larva fluturelui de mătase. Acesta, în cursul vieții sale, trece prin 4 stadii de dezvoltare: ou (cunoscut sub numele de „sămînță" cînd sînt mai multe ouă la un loc), larva sau viermele de mătase, crisalida sau pupa și în fine fluturele.

Larva, al doilea stadiu al metamorfozei, denumit în mod obișnuit viermele de mătase, are *5 faze de creștere* numite *vîrste*; vîrstele sînt despărțite prin *somnuri*, iar după fiecare somn are loc năpîrlirea (pielea viermelui crapă, el o părăsește, corpul său fiind acum acoperit de o nouă piele).

Acest stadiu cu cele 5 vîrste ne interesează îndeosebi.

Vîrsta I durează 4—5 zile, a II-a 3—4 zile, a III-a 4—5 zile, a IV-a 5—6 zile, toate fiind urmate de cîte 24 ore de somn.

Vîrsta a V-a durează 8—9 zile după care urmează 2—3 zile îngogoşarea şi transformarea în *crisalidă* după ce larva şi-a urzit gogoaşa (stadiu care durează 12—15 zile) după care apare *fluturele*.

În creşterea viermilor de mătase sînt mai importante cîteva momente din viaţa lor: incubaţia seminţei şi ecloziunea larvelor, creşterea lor de-a lungul celor 5 vîrste, îngogoşarea şi în fine etufarea.

Incubaţia (clocirea) seminţei de viermi de mătase se face în camere special amenajate cu condiţii speciale de temperatură, umiditate (65—75%) şi aerisire, ecloziunea larvelor avînd loc în 12—18 zile.

În camera de incubaţie temperatura trebuie să fie constantă, dar trebuie reglată astfel ca să se poată ridica conform cerinţelor biologice.

Umiditatea se menţine prin stropirea podelei cu apă, sau aşezarea unui vas cu apă pe sobă.

Aerisirea camerei de incubaţie se face prin deschiderea ferestrelor din 3 în 3 ore, timp de 15 minute.

Sămînţa se pune la incubat în jurul datei de 20 aprilie, adică mai exact cînd apar primele 3—5 frunzuliţe de dud.

Sămînţa se întinde în tăvi de hîrtie, aşezate pe rafturi şi se ţine timp de 2—3 zile la temperatura de 12—14°C. Apoi camera trebuie încălzită astfel încît temperatura să se ridice cu 1° pe zi pînă la 23°C. Această temperatură se menţine pînă începe **ecloziunea**, adică apariţia primelor larve, cînd temperatura se ridică la 24°C.

Culesul larvelor. Cînd au apărut primele larve, se pun în tăvi, deasupra lor cîte 2 hîrtii perforate, cu găuri mari, avînd grijă ca găurile de pe cele 2 hîrtii să coincidă în aşa fel încît să permită trecerea larvelor eclozionate.

Peste hîrtii se presară frunză tînără tăiată mărunt.

Larvele eclozionate, atrase de mirosul frunzelor de dud trec prin găurile hîrtiei şi se urcă pe frunze. După ora 10 dimineaţa, cînd ecloziunea pentru ziua aceea este terminată, hîrtia perforată de deasupra se ia împreună cu larvele care

sînt duse pe tăvi pentru larve, unde capătă hrană. Imediat se aduce altă hîrtie perforată pentru a permite urcarea altor larve care eclozionează. Eclozionarea durează 2—3 zile.

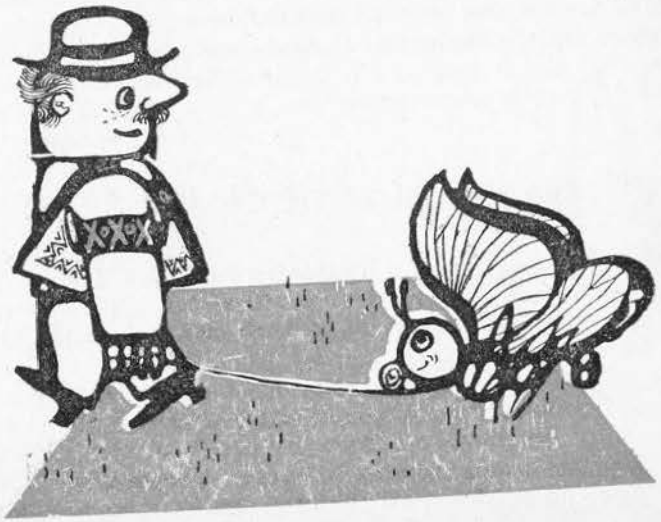
CÎTEVA REGULI DE HRĂNIRE ŞI ÎNGRIJIRE A VIERMILOR DE MĂTASE

Creşterea şi dezvoltarea viermilor de mătase, starea lor de sănătate şi deci producţia de gogoşi depind înainte de toate de hrană. Hrana trebuie să fie proaspătă şi uscată. Frunza veştedă, udă, murdară, plină de praf sau încinsă nu se va da în hrana viermilor. În acest din urmă caz, frunzele se spală cu apă curgătoare şi se lasă să se zvînte.

În primele 3 vîrste frunza se culege de 3—4 ori pe zi, iar la celelalte 2 vîrste culesul se face de 2 ori pe zi, dimineaţa după ce roua a dispărut şi după masă, spre seară.

În primele trei vîrste, larvele sînt hrănite cu frunză tăiată în formă de tăiţei. Către sfîrşitul celei de-a treia vîrste, frunza se dă întreagă.

Numărul hrănirilor. Se recomandă ca larvele să fie hrănite în intervale egale şi ziua şi noaptea: în primele vîrste din 3 în 3 ore, iar în ultimele — din 4 în 4 ore. Astfel, în



primele două vîrste au loc 7—8 hrăniri, în vîrsta a III-a și a IV-a — 5—6 hrăniri și în vîrsta a V-a — 6—7 hrăniri.

Hrănirea larvelor și noaptea le face să se dezvolte mai bine și să dea o producție mai mare de gogoși.

Consumul de frunză este în raport cu vîrsta viermilor de mătase:

— la vîrsta I se distribuie 1,5—2,4 kg frunză
— la vîrsta II se distribuie 4—7,2 kg frunză
— la vîrsta III se distribuie 13,5—24 kg frunză
— la vîrsta IV se distribuie 43—72 kg frunză
— la vîrsta V se distribuie 263—350 kg frunză

Din frunza distribuită, larvele consumă de obicei cam 3/4, iar 1/4 rămîne ca așternut.

În încăperea în care se cresc viermii de mătase, *lumina* trebuie să fie *difuză*, de aceea la ferestre se pune hîrtie. Lumina electrică permite o îngrijire mai bună și o tratare a lor cu raze ultraviolete și infraroșii, ceea ce ajută la o mai bună dezvoltare a larvelor.

În același timp, pentru o creștere normală a viermilor de mătase, în încăpere trebuie să fie o temperatură constantă, umiditatea corespunzătoare stadiului larvar; de asemenea se va asigura curățenia și schimbarea așternutului de pe stelaje pentru prevenirea îmbolnăvirii larvelor.

Materialul de îngogoșare (tufe de măturică, arici de paie, talaș etc.) se vor pregăti din vreme și la 8 zile după somnul al IV-lea se vor așeza pe stelaje.

CREȘTEREA IEPURILOR DE CASĂ

Cum se poate ști dacă o iepuroaică este plină. La 4—5 zile după împreunare iepuroaica se aduce din nou la mascul. Dacă ea îl primește înseamnă că după monta de acum cîteva zile ea n-a „prins".

La 18 zile după împreunare se mai face o nouă verificare. Din nou iepuroaica se aduce în cușca masculului; dacă ea îl respinge și manifestă supărare înseamnă că este gestantă.

Cum putem ușura intrarea în călduri a iepuroaicei. Unele iepuroaice nu arată vizibil căldurile sau nu intră în călduri.

Pentru a le face să intre în călduri, ea se va aduce în cușca masculului. Dacă ea îl respinge și începe să se bată, va fi imediat scoasă din cușcă.

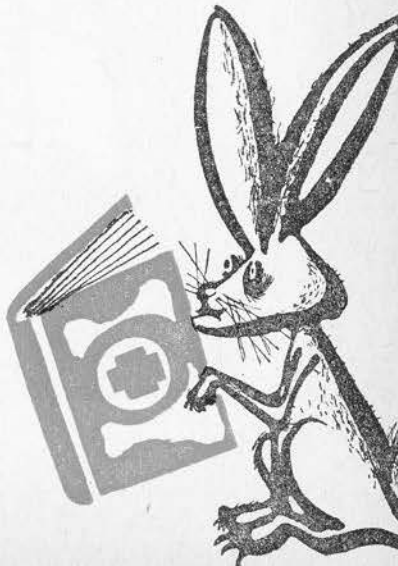
Pentru a o face să se obișnuiască cu masculul și cu mirosul său, iepuroaica va fi așezată într-o cușcă din imediata apropiere a masculului și se vor pune în cușcă și fecale ale masculului. În același timp, se va da ovăz care are efect excitant, iar după 24—48 ore se va încerca din nou monta.

Hrănirea iepurilor de casă este oarecum diferită în funcție de anotimp.

În perioada de vară iepurii adulți vor primi hrana în 4—5 tainuri, iar tineretul în 5—6 tainuri. Tainurile se vor da la ore regulate și se va avea în vedere ca la ultimul tain să se dea seara mai tîrziu, pentru că iepurii mănîncă mai mult seara și noaptea.

La primul și ultimul tain se vor da cîte 1/3 din rația de nutreț verde și 1/2 din rația zilnică de concentrate, iar în cursul zilei se va da restul de nutreț verde, resturi de bucătărie (coji de cartofi, de pîine etc.), morcovi, sfeclă, cartofi, dovleci, ridichi etc.

Nutrețurile verzi se vor da numai pălite; ele nu trebuie să fie ude de ploaie sau de rouă. În cadrul acestei categorii de nutrețuri amintim lucerna, trifoiul, borceagurile, ovăzul verde, iarba de livadă, sparceta, ghizdeiul etc; de asemenea iepurii mănîncă cu plăcere păpădia, patlagina, urzica, știrul, loboda, măcrișul, gura leului, brusturele etc. în stare tînără. Tot aici trebuie să amintim rămurele tinere și frunze de salcîm, dud, plop, alun, arțar, fag, tei, mesteacăn etc.



Nutrețurile concentrate sînt ovăzul, orzul, porumbul, grîul și meiul.

În perioada de iarnă se dau în mai puține tainuri decît vara

și se administrează astfel: la primul tain se dau 1/2 din rația de fîn și 1/3 din rația de concentrate; în cursul zilei se dau rădăcinoase, bostănoase, resturi de bucătărie, varză furajeră, pîine uscată etc., iar la ultimul tain se dau a doua jumătate din rația de fîn și 2/3 din rația de concentrate.

Pentru ros, iepurilor de casă li se dau rămurele de copaci și pîine uscată.

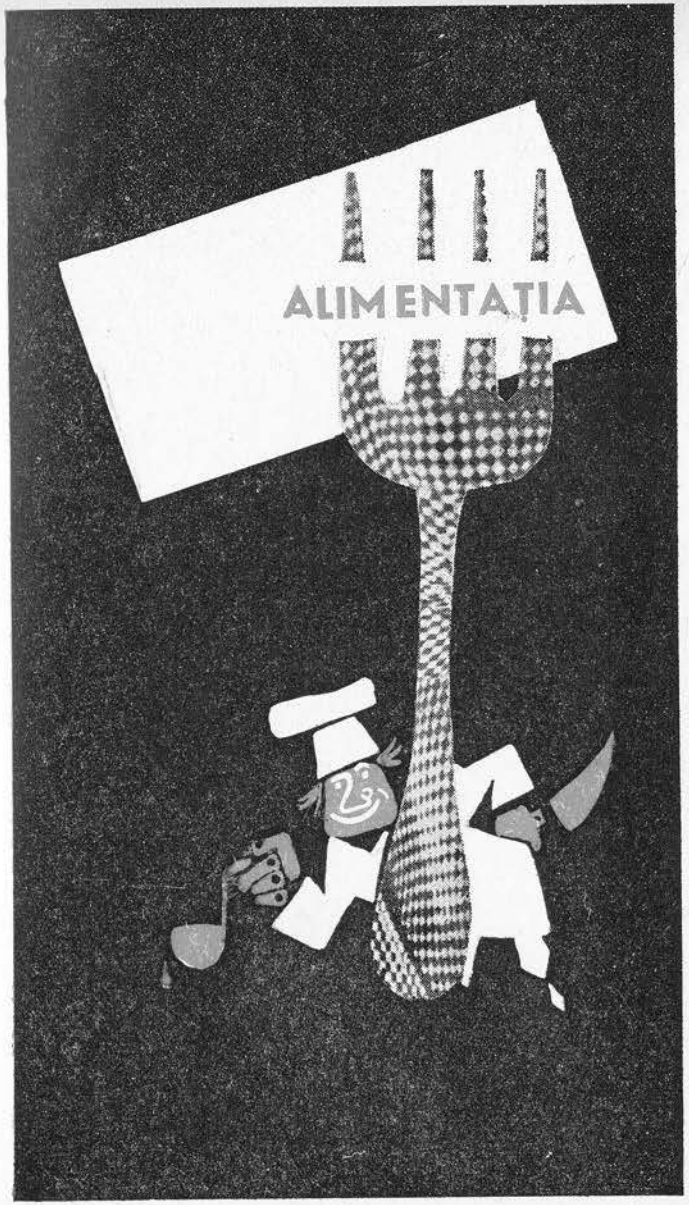
În hrană trebuie să se adauge zilnic sare de bucătărie, cretă furajeră și făină de oase.

Atenție la administrarea unor furaje. Frunzele de morcov și de sfeclă, salata și spanacul în cantități mari produc diaree la iepurii de casă.

Frunzele și rămurelele de stejar și de salcîm uneori produc constipație.

Brîndușa de toamnă, frunzele și rămurelele de piersic și plop de munte, ceapa, usturoiul, măcrișul iepurelui, scînteiuța, ciumăfaia, sînt otrăvitoare pentru iepurii de casă.

Nutrețul murat nu se va da în hrana tineretului pînă la vîrsta de 3—4 luni și a femelelor gestante.



ALIMENTAȚIA RAȚIONALĂ

GENERALITĂŢI Dat fiind rolul alimentaţiei în existenţa omului, este necesar să cunoaştem anumite elemente legate de rolul şi administrarea alimentelor.

Ce se înţelege prin alimentaţia raţională. Prin alimentaţie raţională se înţelege un regim alimentar echilibrat şi potrivit cu nevoile organismului în diversele sale etape de dezvoltare.

Ea trebuie să acopere nevoile energetice ale organismului ca şi pe cele de creştere sau de regenerare a ţesuturilor. Trebuie însă evitată supraalimentarea, o persoană grasă nefiind de cele mai multe ori nici mai sănătoasă nici mai rezistentă decît una cu greutatea normală. Este total greşită tendinţa multor mame de a supraalimenta copiii pentru a depăşi

greutatea normală vîrstei și înălțimii lor. Tot ce depășește necesarul devine o povară pentru organism, avînd o influență dăunătoare asupra întregii sale dezvoltări.

Clasificarea alimentelor și necesitatea consumării lor în proporții corecte. Pentru întreținerea vieții, omul sănătos are nevoie de o hrană variată, care să conțină anumite substanțe, pe care organismul le consumă atît prin efortul desfășurat în muncă cît și printr-o permanentă cheltuială de energie.

În alegerea alimentelor și la întocmirea meniurilor trebuie să se țină seama de valoarea nutritivă a hranei, de conținutul în diferite substanțe ca: proteine, grăsimi, zaharuri, săruri minerale și vitamine — ca să se poată acoperi nevoile organismului.

Valoarea nutritivă a alimentelor se exprimă în calorii, care arată cantitatea de căldură dezvoltată de alimentele respective prin diferite transformări din organism.

La diferite vîrste și în diverse activități organismul are nevoie de un anumit număr de calorii. De exemplu: pentru persoanele care depun o muncă fizică obișnuită, cum sînt muncile care nu cer eforturi fizice mari, este nevoie de 40—50 calorii pe kilo-corp; pentru persoanele care desfășoară o muncă grea este nevoie de 45—60 calorii pe kilo-corp, iar pentru persoanele care depun o muncă fizică ușoară, cum sînt intelectualii, sînt necesare 35—40 calorii pe kilo-corp.

În tabelul 3 se indică valoarea calorică a diferitelor alimente. Nu este suficient ca hrana să corespundă numai cu valoarea energetică, ci este necesar să i se asigure și o compoziție echilibrată în substanțe proteice, zaharoase etc. Organismul are nevoie zilnic de circa 70—80 g proteine, 300—400 g substanțe zaharoase și 50—60 g grăsimi. Din analiza fiecărei grupe de alimente s-a stabilit că:

Proteinele sau substanțele albuminoide se găsesc în alimente de origine animală cum sînt: carnea, peștele, ouăle, laptele și produsele lactate, ca și în substanțe vegetale cum sînt: fasolea, mazărea, lintea, cerealele, varza etc. Proteinele ajută la creșterea și regenerarea țesuturilor uzate.

Zaharurile se găsesc mai mult în substanțele vegetale și în cantități mici în substanțe de natură animală. Se găsesc în zahăr, miere, dulceață, marmeladă, cereale, legume, fructe dulci, lapte, brînzeturi etc.

Tabelul 3

Valoarea calorică a diferitelor alimente

Alimente	Calorii la 100 g	Alimente	Calorii la 100 g
Carnea de vacă	101	Piinea albă	265
Carnea de vițel	85	Piinea prăjită	352
Carnea de oaie	105	Biscuiți	400
Carnea de porc	125	Mazăre, fasole, linte uscate	329
Carnea de iepure	105	Mazăre verde	80
Carnea de pasăre	99	Fasole verde	39
Carnea de gîscă îndopată	489	Cartofi	96
Crapul	100	Morcovi	45
Scrumbia	180	Hrean	80
Salamul	564	Ceapa	52
Oul de găină	166	Castraveți	15
Un gălbenuș	75	Roșii	20
Laptele proaspăt	65	Conopidă	32
Laptele acru	62	Varză	45
Smîntina	261	Varză acră	24
Frișca	122	Bureți proaspeți	35
Untul	790	Fructe proaspete cu coajă	81
Cașcavalul	420	Fructe uscate	251
Untura de porc	925	Struguri	72
Margarina	791	Nuci uscate	666
Uleiul de gătit	926	Alune	682
Făina de grîu	357	Zahăr	410
Făina de secară	352	Miere	307
Orezul	357	Cacao	401
Grișul	369	Ciocolată	541
Pastele făinoase	361	Berea	51
Piinea neagră	262	Vinul	68
Piinea integrală	239	Romul	410

Zaharurile dau căldură corpului și energia necesară funcționării organismului.

Grăsimile se găsesc în lapte și în produsele lactate, în ou, slănină, untură de pește, măsline, nuci, ulei etc. Ele măresc puterea calorică a hranei.

Sărurile minerale se găsesc în lapte, ou, ficat, rinichi, spanac, urzici, varză, legume uscate, fructe uscate, nuci etc. Ele conțin fier, iod, calciu, fosfor etc. și ajută la constituirea oaselor și a sîngelui. Toate substanțele alimentare introduse în organism, prin transformările suferite în timpul

digestiei produc arderi care se măsoară în calorii. Numărul de calorii necesar organismului variază după sex, vîrstă, anotimp, climă și după munca depusă.

Vitaminele sînt anumite substanțe care se găsesc în alimente și care deși nu au o valoare energetică propriu-zisă sînt necesare în păstrarea unui echilibru normal în viața organismului.

Vitaminele au un rol important în buna funcționare a organismului fiind indispensabile în metabolism și intervin în toate procesele legate de sinteza și activitatea materiei vii.

Multe boli ca: pelagra, scorbutul, anemia, nevralgiile, migrena, rahitismul la copii se datoresc lipsei de vitamine în organism.

Cele mai importante vitamine pentru sănătatea omului sînt vitaminele: A; B; C; D și E.

Vitamina A se găsește în unt, smîntînă, frișcă, gălbenuș de ou, ficat etc. Absența vitaminei A provoacă tulburări vizuale, guturai, bronșită, diverse boli de piele, căderea părului etc.

Complexul vitaminic B se găsește în frunzele verzi ale legumelor, în drojdia de bere, tărîțe, lapte, ouă, ficat, rinichi, inimă etc. Aceste vitamine se folosesc în combaterea unor tulburări ale sistemului nervos, tulburări gastro-intestinale, nevralgii, diabet etc.

Vitamina C se găsește în zarzavaturi și legume proaspete, în toate fructele acrișoare, în lămîi și portocale, măceș, muguri de brad, ficat, rinichi, icre etc. Este antiscorbutică și antianemică.

Vitamina D se află în cantități mari în untura de pește, ficat, lapte și în gălbenușurile de ou. Lipsa acestei vitamine provoacă rahitismul, o proastă dezvoltare a dinților și tulburări de calcifiere a oaselor.

Vitamina E se găsește în frunzele verzi ale legumelor și zarzavaturilor proaspete, în fasole și mazăre uscată, în cereale, în carne, ouă etc. Este utilizată în tratamentul tulburărilor funcționale ale unor glande, în tulburările cardio-vasculare etc.

Mai sînt și alte vitamine cum sînt vitamina K, vitamina PP etc. cu o utilizare mai puțin frecventă.

Unele vitamine sînt puțin rezistente la încălzire de aceea se distrug prin conservare sau prin fierbere îndelungată,

prin încălzirea repetată a mîncărurilor. Pentru a se evita acest neajuns, legumele și zarzavaturile trebuie puse la fiert cu apă cît mai puțină, clocotită. Ele se fierb la foc iute, în vase acoperite.

Cea mai bună metodă de păstrare a vitaminelor este fierberea legumelor și zarzavaturilor în abur. Aceasta se poate realiza prin: folosirea vaselor speciale cu fund dublu, a strecurătoarei de macaroane așezată într-o oală, în care se toarnă apă așa încît aceasta să ajungă pînă la fundul strecurătoarei. Cînd apa clocotește se pun legumele în strecurătoare acoperindu-se.

Strecurătoarea poate fi înlocuită cu un săculeț de tifon, atîrnat pe coada unei linguri de lemn așezată transversal pe marginea unui vas.

Zeama rămasă de la fierberea legumelor și zarzavaturilor, fiind bogată în vitamine și săruri minerale se folosește la prepararea supelor.

Legumele și zarzavaturile nu se curăță luînd prea mult din coajă și nici cu mult timp înainte de întrebuințare, deoarece pierd o parte din vitamine. Tot pentru acest motiv nu se țin prea mult în apă.

Revitaminizarea supelor și a mîncărurilor se face adăugînd după ce au fost luate de pe foc, înainte de a fi servite la masă, un aliment crud: gălbenuș de ou, unt proaspăt, smîntînă, verdeață proaspătă, zeamă de roșii etc.

În timpul iernii cînd lipsesc legumele și zarzavaturile proaspete se vor folosi în alimentație cruditați ca: fructe, morcovi, țelină, varză acră negătită, murături etc.

Cîteva regimuri alimentare dietetice. În problema regimurilor dietetice medicul are ultimul cuvînt. Numai după indicațiile medicului se trece la adoptarea unui regim alimentar dietetic. Este bine cunoscută importanța pe care o prezintă alimentația în tratamentul diverselor afecțiuni și mai ales în afecțiunile gastro-intestinale, hepatice, renale, cardiace etc.

În afecțiunile gastro-intestinale (gastrită, ulcer, colită etc.) sînt eliminate din alimentație grăsimile animale, alimentele crude, sosurile cu rîntaș prăjit, alimentele care fermentează, alcoolul, oțetul și condimentele excitante (piper, ardei iute, alimentele acre etc.). Se recomandă folosirea uleiurilor vegetale în stare crudă sau adăugate în prepa-

rate în timpul fierberii alimentelor, pastele făinoase, produsele lactate degresate (brînză de vaci, iaurt), compoturi etc. și mai ales, o bună mestecare a alimentelor înainte de a fi înghițite. În aceste cazuri se urmărește acordarea unui repaus relativ al sistemului digestiv ca să se poată vindeca organul afectat de boală.

În afecțiunile hepatice trebuie menajat în mod deosebit ficatul. Acest organ de o importanță vitală, cere pe lîngă un regim alimentar strict și odihnă suplimentară. Ca regim alimentar indicațiile sînt în general asemănătoare cu cele indicate în afecțiunile gastro-intestinale, desigur cu recomandările medicale de rigoare.

În afecțiunile renale se elimină alimentele bogate în săruri. În schimb, consumul de lichide poate fi cît mai ridicat.

În afecțiunile cardiace se reduc sau chiar se elimină alimentele bogate în săruri. Consumul de lichide este foarte redus iar alimentele bogate în grăsimi și în special în colesterin se evită în alimentație. Este îngăduită completarea regimului amintit cu fructe și legume crude.

În regimurile fără sare se folosește pîinea dietetică din comerț. Pentru a da gust mîncărurilor lipsite de sare se folosește zahărul, sarea dietetică și diverse plante aromate (mărar, pătrunjel, dafin, magheran, busuioc etc.) care dau un gust plăcut mîncării.

În cazurile de diabet unde se produce un dezechilibru al metabolismului zaharurilor, regimul alimentar trebuie să fie foarte sărac sau chiar lipsit de zaharuri, reducîndu-se în același timp și proteinele care se transformă ușor în zaharuri. În schimb grăsimile sînt foarte bine tolerate de organism.

În general, în alcătuirea regimului dietetic gospodina trebuie să țină seama că acesta este de durată și trebuie respectat, de aceea este necesar ca mîncărurile ce i se dau bolnavului să aibă un aspect atrăgător, să fie gustoase și să-l sature.

Regimul corect trebuie stabilit numai de medicul specialist, întrucît el variază în funcție de boală și de faza în care se află aceasta în diferite perioade. De aceea regimul dietetic se poate schimba chiar la aceeași persoană de la o perioadă la alta. Ca un exemplu se poate aminti marea diversitate a bolilor de ficat, care se reflectă în numeroasele regimuri ce se prescriu de medici.

Întocmirea unui meniu. Întocmirea meniului zilnic revine gospodinei. Grija ei este de a împăca echilibrul bugetului cu satisfacția de a servi o masă gustoasă și corespunzătoare cerințelor organismului.

O cerință de prim ordin în întocmirea meniului este respectarea numărului de calorii necesar fiecărui membru al familiei, socotit după vîrstă, sex, munca depusă și anotimp. În medie se socotesc cam 2000—2500 calorii pe zi pentru o persoană intelectuală de 60 kg; cîte 2 500—3 000 calorii pe zi pentru o persoană, cu aceeași greutate dar care face o muncă manuală și 3 000—4 000 calorii la aceeași greutate a corpului dar cu o muncă grea.

Aprecierea justă a acestor cerințe presupune oarecare pricepere în arta de preparare a mîncărurilor, cunoașterea proprietăților nutritive și de asimilare a diferitelor alimente, precum și efectul pe care acestea îl au asupra organismului.

Mîncărurile trebuie să fie variate și atrăgător prezentate. Unele aperitive ca: roșii, ridichi, salată, icre, chifteluțe etc. pe care gospodina le servește la începutul mesei, prin miros,

gust și culoare, excită glandele salivare și măresc pofta de mîncare. De aceea mîncarea principală nu intră în stomacul gol, ci este cuprinsă de sucurile gastrice secretate prin excitarea prealabilă și se mistuie mai ușor.

Un meniu nu trebuie să fie compus numai din mîncăruri grele sau ușoare. Ele vor fi combinate. După o supă grea sau un borș se poate da ca friptură pește sau pasăre, nu carne de vacă de miel sau de porc.

Nu vom servi la masă același aliment de două ori, adică supă cu orez și budincă cu orez.

Este bine să se păstreze și o armonie a culorilor, adică să nu urmeze două mîncăruri de aceeași culoare. De exemplu: după o supă albă să nu se servească o mîncare cu sos alb (pui cu smîntînă, mîncare de conopidă etc.) ci se va prepara o mîncare de culoare închisă (musaca, friptură etc.).

La întocmirea meniului se va urmări ca mîncărurile servite să nu aibă același gust. Dacă se servește o supă de roșii, friptura nu va avea un sos de roșii, chiar dacă ar avea o culoare mai închisă. Nu se vor servi unul după altul două feluri picante sau două feluri dulci. De asemenea, nu vom servi două garnituri asemănătoare.

În general, mîncărurile se rînduiesc în meniu, pe cît posibil, de la cele mai substanțiale pînă la cele mai ușoare. Nu trebuie să lipsească salatele de orice fel. Salata în sine nu este hrănitoare, dar cîștigă în valoare nutritivă prin adaosul de ulei și este bogată în vitamine și săruri minerale.

La servirea mesei se va respecta următoarea ordine, iar după numărul felurilor de mîncăruri servite se va aranja astfel:

1) Două feluri — supă și friptură
2) Trei feluri — supă, friptură, dulciuri
3) Patru feluri — supă, mîncare de legume, friptură și dulciuri

În loc de supă, masa poate să înceapă cu gustări (aperitive).

Dacă masa este ocazională se pot servi mai multe feluri de dulciuri, începînd cu tort sau o prăjitură cu cremă, după care urmează: cozonac, diferite prăjiturele, fursecuri etc. cu un pahar de vin de desert. Se mai servesc alune și cafea.

MENIURI DE SEZON

Ianuarie

Supă de găină cu orez
Rasol de găină cu sos de hrean
Papanași prăjiți

Mămăliguță cu brînză la cuptor
Mușchi de porc la cuptor, cu cartofi și murături
Compot de mere

Ciorbă de sfeclă
Tocană de purcel
Budincă de griș

Ochiuri cu slănină
Chiftele cu praz
Gogoși

Piftie de porc
Papricaș de găină
Compot de caise uscate

Supă de linte
Rață pe varză
Tarte cu cremă

Salată beuf
Macaroane cu carne
Clătite cu dulceață

Februarie

Ouă umplute
Șnițel de vițel cu cartofi și murături
Lapte de pasăre

Cartofi cu smîntînă
Pîrjoale cu pireu de cartofi
și varză roșie
Ștrudel cu mere

Ciorbă de vițel
Sarmale de purcel cu varză
Plăcintă cu brînză

Supă cremă de cartofi
Praz cu carne
Ruladă cu marmeladă

Ciorbă de cap de miel
Friptură de miel cu sote
de morcov
Savarină cu frișcă

Jumări cu brînză și slănină
Cîrnați de purcel pe varză
călită
Compot de prune uscate

Supă de zarzavat
Varză cu carne afumată
Cremă de griș

Martie

Ochiuri pe spanac
Miel pane cu salată
Budincă de cozonac

Salată de ouă cu măsline
Purcel de lapte la tavă
Ștrudel cu nucă

Supă cu tăiței
Miel cu spanac
Papanași fierți

Pilaf de urzici
Ruladă cu carne
Minciunele

Drob de miel
Gîscă cu castraveți
Plăcintă poale în brîu

Urzici bătute cu hrean
sau usturoi
Friptură de vițel cu sote
de legume
Cremă de zahăr ars

Ciorbă rusească
Rață cu măsline
Orez cu lapte și cu fructe

Aprilie

Ciorbă de știevie
Pui cu smîntînă
Gele de vin

Balmuș cu smîntînă
Pulpă de purcel la tavă
Învîrtită

Supă cu găluște de griș
Pulpă de berbec la tavă
Tarte cu marmeladă

Ochiuri cu pireu de știevie
Gîscă cu caise uscate
Cremă de cacao la cești

Supă de găluște cu brînză
Musaca de varză
Omletă cu dulceață

Brînză cu smîntînă
și mămăliguță
Miel cu ciuperci
Cozonac

Salată de piept de pasăre
Sarmale de miel cu frunze
de știevie
Budincă de smîntînă

Mai

Supă de verdețuri cu slănină
afumată
Pui cu mazăre
Căpșuni cu frișcă

Budincă de clătite cu spanac
Cotlete de purcel la grătar
Compot de fragi

Ochiuri pe salată
Șnițel pane cu cartofi
Budincă de pesmet cu fructe
de sezon

Salată cu scrumbii sărate
Pui cu sparanghel
Tarte cu căpșuni

Salată de crudități cu sos
de smîntînă
Mazăre cu friganele
Spumă de fragi

Ciorbă de ciuperci
Gulaș cu găluște
Căpșuni cu vin

Ouă umplute cu ciuperci
Antricoate cu sos de bulion
Compot de cireșe

Iunie

Supă de fasole verde
Cîrnăciori fripți cu cartofi
noi
Plăcințele cu vișine

Ciorbă de cartofi noi cu
smîntînă
Pulpă de vițel la tavă
cu salată verde
Compot de caise verzi

Jumări cu verdeață
Fasole verde cu smîntînă
Cremă de fragi

Supă cu tăeței
Rasol cu smîntînă
Spumă de zmeură

Supă groasă de mazăre verde
cu crutoane
Ciulama de pui
Budincă de vișine

Ouă umplute cu brînză
Pui cu mazăre păstăi
Compot de vișine

Salată de fasole verde
cu usturoi
Cotlete de porc cu sos picant
Ștrudel cu vișine

Iulie

Dovlecei prăjiți
Papricaș de vițel
Compot de caise

Ciorbă de fasole verde
Rață cu mazăre boabe
Omletă cu vișine

Conopidă cu unt și pesmet
Pui pane cu salată
de castraveți
Caise în aluat

Pilaf de raci
Dovlecei umpluți cu carne
Tarte cu zmeură

Salată de dovlecei
Pulpă de viței împănată
Prăjitură cu vișine

Conopidă cu unt și pesmet
Cotlete de porc la tavă
Budincă de orez cu caise

Dovlecei cu smîntînă și friganele
Șnițel natur cu sote de legume
Fructe de sezon

August

Supă de roșii
Ghiveci cu carne
Prăjitură cu fructe

Salată de crudități asortate
Pulpă de berbec la tavă
Tarte cu mere

Vinete împănate
Viței cu dovlecei
Compot de piersici

Jumări cu șuncă și verdeață
Pui cu roșii
Plăcintă cu mere

Budincă de varză
Friptură de viței cu macaroane
Tartă cu prune

Salată de vinete și ardei copți
Ardei umpluți
Budincă de orez cu mere

Supă de conopidă
Sarmale cu varză dulce
Pere coapte

Septembrie

Napi cu smîntînă
Șnițel de berbec cu cartofi prăjiți și ardei copți
Compot de pere

Ochiuri cu sos de roșii
Mîncare de gulii
Prăjitură cu nucă

Ardei umpluți cu orez
Friptură de pasăre cu sote de legume
Mere în aluat

Supă de roșii cu usturoi
Musaca de vinete
Tarte cu struguri

Ciorbă țărănească
Mîncare de fasole boabe cu slănină
Budincă de griș cu fructe de sezon

Supă cremă de zarzavat
Vinete umplute cu carne
Prăjitură cu prune

Ciuperci cu usturoi
Pui cu pere
Fructe de sezon cu rom și frișcă

Octombrie

Chiftele de varză
Cotlete de porc pane cu salată de varză roșie
Compot de mere

Salată de legume crude asortate
Musaca de conopidă
Gutui coapte

Picioare de viței rasol
Macaroane cu sos de roșii
Plăcintă cu brînză

Salată de cartofi cu sos de muștar
Boboc de rață pe varză
Pastă de gutui

Ochiuri românești cu smîntînă
Gulii umplute
Ruladă cu magiun

Supă de legume cu brînză
Linte cu costiță afumată
Fructe de sezon

Ciorbă de cartofi
Mere umplute cu carne
Cozonac cu mac

Noiembrie

Piftie de pasăre
Perișoare cu smîntînă
Tort de biscuiți cu marmeladă de caise

Salată de cartofi și fasole boabe cu măsline
Cotlete de porc la cuptor
Compot de gutui

Budincă de conopidă cu brînză
Ostropel de pasăre
Budincă de mere

Ciorbă de perișoare
Gutui cu carne
Cornulețe cu marmeladă

Ciorbă de burtă
Tuslama
Plăcintă cu cremă de vanilie

Mîncare de gîscă cu măsline
Budincă de macaroane cu brînză
Compot de fructe asortate

Supă de carne cu găluște de griș
Rasol de vacă cu sos de hrean
Budincă de brînză de vaci cu stafide

Decembrie

Supă cremă de fasole
Gîscă friptă la cuptor cu murături
Cornulețe cu nucă

Omletă cu brînză
Cartofi umpluți cu carne
Budincă de griș cu sirop de fructe

Pilaf de prune uscate
Friptură de porc la cuptor cu pireu de cartofi
Cremă de vanilie

Supă de fidea
Varză acră cu costiță afumată
Tarte cu mere

Ciorbă de oase de porc afumate cu zeamă de varză
Ruladă cu carne
Cornete cu frișcă

Supă cu fidea
Sarmale de carne de purcel
Prăjitură de biscuiți cu rahat

Maioneză cu legume asortate
Carne de purcel cu varză
Turte moldovenești

CUM SE PREPARĂ O HRANĂ GUSTOASĂ

Dacă compoziția alimentelor este importantă, nu mai puțin important este modul cum sînt ele preparate și consumate.

O hrană gustoasă se realizează atunci cînd este preparată din alimente proaspete și de bună calitate, fierte la foc domol, iar condimentarea se face în mod echilibrat. Excesul de condimente, pe lîngă că nu place tuturor, prin suprastimularea glandelor digestive duce mai curînd sau mai tîrziu la îmbolnăvirea organismului.

O mîncare gustoasă se consumă cu plăcere, se mistuie ușor și toate substanțele sînt folosite pe deplin de organism.

Multe din mîncărurile servite la masă sînt gătite cu sos. Este știut însă că felurile prea grase, precum și sosurile făcute cu ceapă și făină prăjită în grăsime încinsă se digeră greu fiind în unele cazuri chiar vătămătoare. De aceea se vor evita pe cît posibil rîntașurile pregătite cu făină prăjită în grăsime. Pentru persoanele cu stomacul debil se vor scoate cu totul din meniu orice fel de prăjeli care irită mucoasa stomacului și sînt dăunătoare sănătății.

La orice mîncare cu sos, chiar pentru persoanele sănătoase, rîntașul prăjit va fi înlocuit cu puțină făină desfăcută în apă rece. Astfel sosul va fi legat, fără să fie indigest.

Modul de preparare a mîncărurilor cu sos este cu atît mai igienic, cu cît este mai simplu: ceapa tăiată se pune în cratiță o dată cu carnea, cu grăsimea și sarea. Se picură apoi cîte puțină apă și se fierbe înăbușit. Cînd carnea s-a frăgezit, se adaugă legumele și puțină făină amestecată cu apă rece. Se acoperă și se lasă să fiarbă la foc mic sau la cuptor, pînă ce mîncarea este aproape gata. Se adaugă apoi diverse condimente și se lasă să fiarbă în continuare; cînd este gata se adaugă verdeață, smîntînă, ou etc.

REȚETE CULINARE

În cuprins se vor da rețete de tot felul de preparate gustoase, ușor de pregătit și economice. Cu ajutorul lor gospodina va putea alcătui diverse meniuri pentru masa zilnică, pentru mese festive și după sezon.

Sandviciuri. Acestea se prepară din franzelă, cornuri sau chifle, cu brînză, pește, mezeluri etc., decorate cu măsline, ouă, verdeață, ridichi, gogoșari, castraveciori etc. Ca să fie mai gustoase se ung cu un strat de unt sau maioneză în funcție de produsele cu care se prepară.

Sandviciuri cu brînză de vaci. Felii de pîine, $^1/_4$ kg brînză de vaci, $^1/_4$ unt, 2 gălbenușuri fierte, 100 g măsline, chimen, boia de ardei, muștar, ridichi, verdeață.

Se dă brînza prin sită, se amestecă cu unt și se freacă pînă devine spumă. Se împarte compoziția în patru părți și apoi se amestecă o parte cu gălbenușul dat prin sită pînă se obține o culoare galbenă. O altă parte din brînză se amestecă cu măslinele date prin sită pînă se obține o culoare cenușie. O altă parte se amestecă cu chimen pisat și dat prin sită, iar alta cu muștar, obținîndu-se culori diferite.

Cu această compoziție se ung feliile de pîine și se decorează cu verdeață și ridichi.

Sandviciuri cu caşcaval. Felii de pîine, 100 g unt, 100 g caşcaval.

Se ung felii de pîine cu unt și se așază felii de caşcaval care au fost tăiate cu un cuțit riglat. Pe deasupra se poate presăra caşcaval ras.

Sandviciuri asortate. Felii de franzelă, salam tăiat felii, șuncă.

Pe feliile de franzelă unse cu unt se așază cornete făcute din felii de salam umplute cu șuncă tăiată mărunt. Șunca poate fi înlocuită cu salată boeuf. Se garnisesc cu gogoșari sau cu castraveciori.

Sandviciuri cu pate de ficat. Felii de pîine, 1 cutie de pate de ficat, 100 g unt, sare, piper, 2 linguriță de vin.

Se amestecă pateul de ficat cu untul, sarea și piperul și se stropește cu vin. Se ung feliile de pîine și se garnisesc cu gogoșari. Se servesc imediat ca să nu-și schimbe culoarea.

Sandviciuri picante. Felii de pîine, 1 ceapă mică, 3—4 ouă, 150 g unt, 1 lămîie, 1—2 castraveciori sau gogoșari, sare.

Ouăle răscoapte și tocate mărunt se amestecă cu ceapa tocată fin și cu unt frecat spumă, se acrește cu zeamă de lămîie. Se adaugă gogoșarii sau castraveciorii tăiați mărunt. Se ung feliile de pîine cu această compoziție.

Sandviciuri cu lapți de pește. Lapții de pește se înăbușă în ulei, apoi se trec prin sită și se potrivesc de sare și piper. Se ung feliile de pîine cu lapții pregătiți și se decorează cu cozi de raci, cu felii de gogoșari sau castraveciori.

Franzeluță umplută. Se taie franzeluța pe jumătate, se scobește miezul și se umple cu o umplutură făcută din unt frecat spumă în care se adaugă pe rînd pastă de pește, șuncă, salam, castraveciori, sardele, măsline și gogoșari, toate tăiate bucățele mici. Se umple bine franzela și se dă la rece. Cînd este bine întărită se taie felii subțiri, cam de $^1/_2$ cm și se servește.

Măsline aperitiv. Se spală măslinele în apă caldă, apoi se răcesc cu apă rece și la urmă se stropesc cu ulei. Se amestecă și se aranjează pe platou. Se decorează pe margine cu felii de lămîie.

Ficat de pasăre în aspic. Se curăță ficații de pasăre și se țin în lapte cîteva ore. Într-o cratiță se pune apă cu sare la fiert. Cînd apa clocotește, se pune ficatul și se lasă să fiarbă cam 5 minute. După ce s-a răcit se taie felii groase ca degetul și se așază pe farfurie, se garnisesc cu felii de castraveți murați și felii de ou răscopt. Se toarnă deasupra aspicul (zeama de carne foarte concentrată) și se lasă să se răcească.

Salate. *Salată de andive*: $^1/_2$ kg andive, 2—3 linguri ulei, zeamă de lămîie sau oțet după gust.

Se curăță andivele și se lasă să stea $^1/_4$ oră în apă sărată. Se taie în bucăți, se așază pe farfurie și se toarnă deasupra sos de ulei cu zeamă de lămîie, sare și puțin piper. Se mai poate adăuga puțin muștar.

Salată de crudități: 1 țelină, 1 ridiche neagră, 1 salată verde, $^1/_4$ varză dulce, 1 morcov, 3—4 mere, sare, 1—3 cartofi fierți, 2 linguri de maioneză, muștar, puțină zeamă de lămîie.

Se rad pe răzătoare toate zarzavaturile și merele, se dă sare și se lasă să stea $^1/_2$ oră. Cartofii calzi se taie în cuburi mici, se dă sare și se amestecă cu puțin ulei. După 10—15 minute se pun cartofii peste zarzavat, se adaugă maioneză amestecată cu muștar și zeamă de lămîie. Se amestecă totul bine și se așază pe o farfurie garnisită cu salată verde.

Salată de boeuf: $^1/_2$ kg carne fiartă, $^1/_2$ kg cartofi, $^1/_4$ kg mazăre, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 țelină mică, 1—2 castraveciori murați în oțet, 1—2 gogoșari, 3—4 mere, 5—6 linguri maioneză, 1 linguriță muștar, sare, piper, măsline, 2 ouă răscoapte, verdeață.

Carnea fiartă se taie în cuburi mici, la fel și cartofii fierți, se amestecă cu mazărea fiartă, țelina și morcovul rase crude sau fierte, castraveciorii și gogoșarii tăiați cuburi. Merele se rad și se adaugă în ultimul moment, se amestecă cu sare, piper și 3 linguri de maioneză. Se așază salata în farfuria de servit, se dă forma dorită, se netezește cu cuțitul și se acoperă cu restul de maioneză. Se garnisește după dorință cu măsline, cu gogoșari, verdeață etc.

Salată de scrumbii sărate: 2—3 scrumbii sărate, 2—3 ouă, 4—5 mere rase, 1 ceapă rasă, 2 linguri smîntînă, 5 linguri maioneză, 1 farfurie adîncă plină cu cartofi fierți, oțet cîteva măsline.

Scrumbiile se spală, se curăță și se taie mărunt. Se amestecă apoi cu cartofii fierți și tăiați felii, cu 2—3 ouă fierte, tăiate de asemenea felii, cu merele și ceapa rasă. Se amestecă totul cu puțin oțet îndulcit cu 2 linguri smîntînă și 2 linguri maioneză. Se așază pe farfurie și se garnisește cu maioneză și măsline.

Salată de ciuperci: $^1/_2$ kg ciuperci, ulei, oțet după gust, sare, piper, pătrunjel.

Ciupercile curățate și fierte bine se taie în felii, se amestecă cu sos de ulei, sare și oțet, iar deasupra se presară pătrunjel tocat.

Salată de ouă cu sos de usturoi: Se fierb cam 10 minute cîțiva căței de usturoi. Se scurg apoi și se pisează. În usturoiul pisat se adaugă 2 sardele tocate mărunt, 2—3 linguri de ulei, oțet, sare și piper după gust. În acest sos se pun ouă răscoapte tăiate felii. Peste ele se presară verdeață tocată.

Salată de ou cu sos de muștar. Ouăle răscoapte se taie în sferturi și se așază într-o salatieră peste foi de salată de lăptuci. Se adaugă ceapă verde tăiată în bucăți cam de 1 cm și ridichi de lună. Peste ele se toarnă un sos preparat din muștar, ulei, oțet, sare și piper.

Salată de ouă cu măsline. Se amestecă într-o salatieră ouă răscoapte tocate, ceapă tocată mărunt și măsline tăiate în patru. Peste ele se toarnă un sos preparat din pastă de sardele, ulei, oțet și piper.

Salată de ouă cu ceapă verde. Se amestecă ouă răscoapte tăiate felii cu ceapă verde tăiată bucățele și cu un sos preparat din ulei, oțet, sare, piper și pătrunjel verde tocat.

Salată de ouă servită cu ficat. Se face o pastă din ouă răscoapte și cartofi fierți dați prin mașina de tocat în care se adaugă ceapa tocată mărunt, sare, piper, ulei și zeamă de lămîie.

Se așază salata pe o farfurie plată dîndu-i forma dorită. De jur împrejur se aranjează bucățele de ficat prăjit și ridichi de lună tăiate felii subțiri.

Pateu de ficat în aspic. $^1/_2$ kg ficat de vițel, 250 g slănină, 100 g unt, sare, piper, aspic (zeamă de piftie).

Ficatul se ține în lapte rece cam 10—12 ore. Se acoperă cu felii de slănină și se pune la fiert în baie de apă la cuptor. După 2 ore, cînd se socotește fiert, se lasă să se răcească și se dă prin mașina de carne de 2—3 ori, apoi se freacă bine cu o lingură de lemn pînă ce se albește. Se adaugă untul frecat spumă, sare, piper, se stropește cu o picătură de vin și se freacă din nou bine. Pasta obținută se așază într-o formă udată cu apă rece și se pune la rece. După ce s-a întărit se răstoarnă pe un fund de lemn și cu un cuțit muiat în apă caldă se nivelează. Într-un vas ceva mai mare decît pateul, se toarnă aspic lichid și după ce s-a răcit, peste aspic se așază felii de ou răscopt, măsline, gogoșari sau alte garnituri, apoi se așază pateul. Se toarnă împrejur aspic lichid, răcorit și se dă la gheață. După ce s-a întărit, se introduce o clipă forma în apă fierbinte și apoi se răstoarnă. Se garnisește cu aspic tocat.

Piftie. Piftia se poate prepara din picioare de pasăre, curcan, gîscă, cocoș, din cap și șorici de porc, din picioare de vacă și din cap de vițel la care se adaugă sare și usturoi, 1—2 cepe.

Se curăță carnea de grăsime, se taie bucăți și se pune la foc cu apă rece și sare. Apa trebuie să completeze jumătate

din vasul rămas gol, după ce s-a pus carnea. Se ia imediat spuma ce apare la suprafață, pentru ca piftia să fie cît mai limpede. După ce s-a luat toată spuma, se pun 1—2 cepe. Piftia trebuie să fiarbă numai la foc potrivit și este gata după ce a fiert carnea, iar lichidul a scăzut aproape la nivelul cărnii. Se ia vasul de pe mașină, se mai lasă $^1/_2$ oră să se răcorească, apoi se scoate carnea, se curăță de oase și se așază în farfurii. Zeama se strecoară, se adună grăsimea de deasupra, se adaugă usturoiul pisat și strecurat, se lasă să se limpezească, apoi se toarnă peste carnea așezată în farfurii. Se lasă să se închege.

Piftia se încearcă dacă este suficient de legată, luînd o picătură de lichid între degete, care se lipesc atunci cînd este suficient de legată.

Zacuscă de legume. 3 vinete mari, 2 ardei grași, 5 gogoșari, 3 cepe mari, 1 ceașcă ulei, bulion de roșii, sare, boabe de piper și dafin.

Se taie vinetele, se curăță și se lasă să se scurgă. Se taie ardeii și gogoșarii și se curăță, iar ceapa se călește în ulei. Se amestecă legumele și se toacă bine cu tocătorul de lemn, se pun peste ceapă, se acoperă cu bulion de roșii și se adaugă boabe de piper și 1—2 frunze de dafin și se fierbe pînă scade zeama și se vede uleiul. Se servește rece.

Zacuscă de pește. 1 kg pește (șalău, morun etc.), 2 linguri făină, 3—4 cepe, 500 g roșii, 2 morcovi, 100 g ulei, 100 g măsline, $^1/_4$ kg arpagic, foi de dafin, piper, sare, 3 lămîi, 1 pahar vin.

Se taie peștele bucăți, se dă sare, se trece prin făină și se prăjește. Se taie ceapa mărunt și se înăbușă cît mai mult. Măslinele se pun la desărat, arpagicul se rumenește, roșiile se trec prin mașina de carne, lămîile se curăță de coajă și se taie felii, morcovii se fierb și se taie felii rotunde. Se strecoară ceapa și roșiile, se adaugă măslinele.

Afumături. Afumăturile care se pot servi ca gustări sînt: toba, mușchiulețul, slănina, costița, jambonul, diferite feluri de pește etc. Se taie în felii subțiri, se așază în rînduri sau în diferite forme pe farfurie și se garnisesc cu salată verde, ridichi etc.

Ouă umplute. Se fierb ouăle tari. Cînd s-au răcit se curăță de coajă și se taie în lung. Se scoate ușor gălbenușul și se freacă cu unt și pastă de pește (anșoa) pînă se obține o pastă. Se umplu albușurile cu această pastă și se pun pe o farfurie pe care a fost așezat un strat de salată verde.

În loc de pastă de pește se poate folosi ficat de pasăre fiert și dat prin sită.

Ouă cu sos picant. Ouăle răscoapte se curăță și se taie felii rotunde. Se așază feliile pe o farfurie, unele peste altele, iar deasupra se toarnă un sos făcut din maioneză în care se adaugă muștar, castraveți în oțet și resturi de albuș răscopt, toate tăiate mărunt. Se decorează cu foi de salată verde și felii de ridichi.

Ouă umplute cu sardele. Se fierb ouăle tari, se curăță și se taie în două, în lung. Se scot gălbenușurile, se pun într-un castron și se adaugă la 6 ouă, 2—3 sardele de la care se scot oasele, 50 g unt și o linguriță de pastă de pește. Totul se freacă bine pînă devine o pastă cu care se umple albușurile. Se așază pe o farfurie garnisită cu frunze de salată verde.

Ouă umplute picante. Se fierb ouăle tari, se curăță și se taie în două în lat. Se taie puțin și din capetele rotunjite, astfel ca ouăle să poată sta în picioare ca niște pahărele. Se scoate gălbenușul și se împarte în două, jumătate se trece prin sită, se adaugă o lingură de muștar (la 3 gălbenușuri întregi) un gălbenuș crud, puțină sare și $^1/_2$ pahar de ulei, adăugat cîte puțin, ca la maioneză.

Gălbenușurile păstrate se freacă cu bucățele de carne de pasăre sau șuncă date prin mașina de tocat. Se adaugă 2—3 castraveciori în oțet, tocați mărunt și 1—2 linguri din sosul maioneză pregătit mai înainte. Se adaugă sare și piper după gust. Cu această compoziție se umple ouăle cu vîrf. Sosul maioneză rămas se toarnă în farfurie și peste el se așază jumătățile de ou umplute. Se așază împrejur foi de salată verde.

GUSTĂRI CALDE

Pateuri. Se face un aluat fraged din 250 g făină, 250 g untură, $^1/_2$ pahar apă, 1 linguriță oțet de 9° și puțină sare, procedînd astfel:

Se cerne făina pe o planșetă, se adaugă apă, sare, oțet și o linguriță din cantitatea de untură și se frămîntă bine pînă se obține un aluat care nu se lipește de mînă și de planșetă. Se lasă să se odihnească $^1/_2$ oră. Se întinde apoi o foaie pătrată de grosimea unui deget și se unge cu untura rămasă care a fost mai întîi frămîntată cu puțină făină. Se împăturește foaia în patru și se întinde din nou cu vergeaua. Se împăturește foaia iar în patru și se lasă la rece $^1/_2$ oră. Se repetă de patru ori această operație la intervale de cîte $^1/_2$ oră.

Cînd aluatul este gata se întinde o foaie groasă de $^1/_2$ cm, care se taie în bucăți rotunde sau pătrate. Marginile fiecărei bucăți se ung cu ou, iar în mijloc se pune o umplutură de carne, brînză sau ciuperci. Se unesc marginile, se ung cu ou și se coc pe o tavă neunsă, stropită cu puțină apă rece. Se țin la cuptor pînă se rumenesc.

Umplutură de carne. Carnea fiartă rămasă de la alte preparate se trece prin mașină împreună cu ceapa călită în proporție de $^1/_2$ din cantitatea de carne. Se adaugă 1 ou, piper și sare după gust și două linguri de supă de carne sau sos de roșii.

Umplutură de brînză. Brînza se trece prin mașină și se adaugă 1 ou întreg. Se potrivește de sare și se amestecă bine.

Umplutură de ciuperci. Se călește în ulei ceapă tocată mărunt și se adaugă ciuperci crude tocate de asmenea mărunt. După ce scade zeama se adaugă verdeața tocată fin, sare și piper după gust. După ce se ia de pe foc se mai adaugă 1 ou întreg și se amestecă bine.

Cornulețe cu șuncă. Se face un aluat bine lucrat dintr-o ceașcă de caimac, o ceașcă de făină și un praf de sare. Se lasă să se odihnească 10—15 minute. Se întinde o foaie subțire, se taie cu paharul forme rotunde. Se pune peste fiecare bucată o linguriță de șuncă tocată, se fac suluri, întorcînd capetele în formă de corn. Se ung cu ou bătut și se coc în tavă bine unsă.

Chifteluțe. 250 g carne macră, 2 cepe, 1 felie de pîine albă muiată în lapte, 1 ou, piper, sare, verdeață și usturoi după gust, ulei, făină, pesmet.

Se face o tocătură bine frămîntată din care se fac chifteluțe rotunde. Se dau prin făină amestecată cu pesmet și se prăjesc bine în ulei încins.

Mititei. $^1/_2$ kg de carne macră, grasă, de vacă, 2 vîrfuri de cuțit cu piper, 1 căpățînă usturoi, 1 vîrf de cuțit bicarbonat, 1 linguriță cimbru, sare.

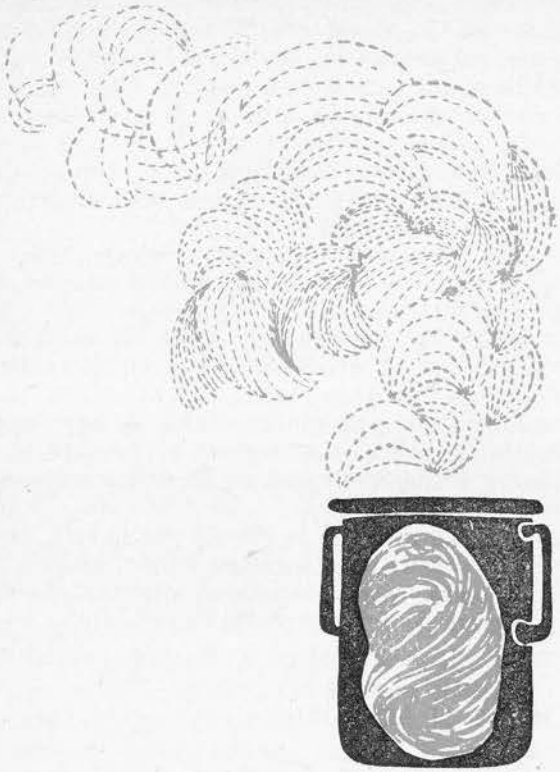
Se trece de trei ori prin mașina de tocat, se adaugă sare, piper, bicarbonat și cimbru. Separat se prepară un sos de usturoi pisat și 2 linguri de apă. Se strecoară zeama în tocătură și se amestecă bine.

Tocătura se lasă 2—3 ore la gheață sau la rece. Se iau cu lingura cantități egale din tocătură și cu mîinile muiate în apă se formează mititei de aceeași mărime. Se așază pe un fund de lemn. Se frig pe grătar la foc iute.

SUPE, CIORBE ȘI BORȘURI

Supe

Supă de spanac. 1 kg spanac, 1,5 l apă clocotită, 50 g unt, 1 lingură făină, $^1/_2$ ceașcă lapte, 2 gălbenușuri. Se curăță, se spală și se opărește spanacul. Se strecoară și se trece printr-o sită deasă. Se pun într-o cratiță untul, făina și laptele. Se adaugă 1 polonic de apă clocotită și se lasă să fiarbă. Se adaugă spanacul amestecînd mereu ca să nu facă cocoloașe, se toarnă apoi restul de apă clocotită. Se trage cratița la marginea plitei ca să fiarbă la foc domol. După cîteva clocote supa este gata, se dă la o parte și se drege cu gălbenuș de ou. Se servește cu crutoane (cuburi de pîine prăjită).



Supă de mazăre uscată. 300 g mazăre uscată, 1,5 l apă clocotită, 1 ceapă, 50 g unt sau ulei, 1 linguriță de făină, zahăr după gust, sare, piper.

Se pune mazărea la fiert cu apă rece și cu ceapă. Se fierbe la foc domol ca să nu se prindă pe fund. După ce a fiert se dă totul prin sită. Separat se pune untul într-o oală să se înfierbînte, se adaugă făina și se amestecă mereu punînd cîte puțină apă clocotită. Se adaugă pireul de mazăre, restul de apă clocotită, zahăr și sare după gust. Cît timp clocotește se amestecă mereu ca să nu se prindă pe fund. Se servește cu crutoane.

Supă de conopidă. 2 conopide mari, 1,5 l apă clocotită, 1 ceașcă de ulei, făină albă, 2 gălbenușuri, 2 linguri smîntînă.

Se curăță conopida, se rupe în bucăți și se fierbe în apă cu sare. Din conopida fiartă se oprește cîte un buchețel pentru fiecare persoană, iar restul se dă prin sită, se amestecă cu rîntaș. Se adaugă apă clocotită după nevoie și după cîteva clocote supa este gata. Se drege cu gălbenuș de ou și smîntînă. Se servește imediat, adăugînd în farfurie cîte un buchețel de conopidă.

Supă de fasole verde cu costiță afumată. 500 g fasole verde conservată, 200 g costiță afumată, 1 pahar smîntînă, 1 ceapă, 1 rădăcină de pătrunjel, $^1/_2$ lingură făină, sare.

Se pune la fiert costița tăiată bucățele, ceapa tocată mărunt și rădăcina de pătrunjel. Se adaugă fasolea ruptă bucățele și se continuă fierberea. Se potrivește de sare, iar cînd supa este gata se adaugă smîntînă amestecată cu făină. După un clocot supa se dă la o parte și se adaugă verdeața.

Supă de găină cu măruntaie. 1 găină, 2,5 l apă, o ceașcă de orez, 3 ouă, 1 lămîie.

Se curăță găina și se pune la foc cu apă rece cît s-o acopere și se fierbe încet. O parte din piept și măruntaie se taie mărunt. În zeama de carne se pune orez și după ce a fiert se adaugă măruntaiele și pieptul tocat. Se bat gălbenușurile într-un castron, se adaugă zeamă de lămîie, apoi zeama caldă de carne, puțin cîte puțin, amestecînd mereu. Această compoziție se toarnă în oala cu supă amestecînd mereu. Se servește imediat.

CIORBE

Ciorbă de fasole verde grasă. $^1/_2$ kg fasole verde grasă, 2 l apă, 3 linguri de făină, 2 cepe, sare, 1 ardei gras, $^1/_2$ kg roșii, 2 ouă, o ceașcă de smîntînă, oțet după gust, verdeață.

Se curăță fasolea, se rupe în 2—3 bucăți, se opărește cu apă clocotită. Se face un rîntaș, se adaugă ceapa tăiată mărunt și se stinge cu apă. Se pune fasolea într-o oală, se adaugă rîntașul, apa clocotită, sare, ardei gras tocat mărunt, roșiile tăiate și se pun la fiert. Cînd fasolea este gata, se ia oala de pe foc, se acrește ciorba cu oțet, se drege cu ou și smîntînă și se presară cu verdeață.

Ciorbă de zarzavat cu zeamă de varză. 1 pătrunjel, 2 morcovi, 1 păstîrnac, 2 ardei grași, 2 roșii, 2 cartofi, 1 fir de

praz, 1/2 varză, verdeață, 1 l apă, 1 ceașcă zeamă de varză, 1 lingură de unt, 2 linguri făină, sare, piper, bulion, 2 ouă, 1 ceașcă smîntînă.

Se curăță zarzavatul, se taie mărunt și se pune la fiert cu unt, verdeață și ceapa tăiată mărunt. Cînd zarzavatul este aproape gata se adaugă varza tăiată subțire. După ce varza s-a fiert se adaugă cartofii care au fost fierți separat și roșiile. Se prăjește bulionul în ulei și se pune în ciorbă. Se potrivește de sare și se acrește cu zeamă de varză. Înainte de a se servi se drege cu ou și cu smîntînă.

Ciorbă de potroace. Măruntaie, aripi, gît și picioarele de la pasăre, 1 l apă, 1 l zeamă de varză acră, zarzavat de supă, 2 cepe, 1/2 ceșcuță de orez, sare, ardei verde mic, leuștean, 2 ouă.

Se toarnă într-o oală zeama de varză îndoită cu apă. Cînd începe să clocotească se adaugă măruntaiele și bucățele de pasăre ușor presărate cu sare. După ce se ia spuma se adaugă ceapa tocată și zarzavatul ras. Cînd carnea este aproape fiartă se pune orezul. La sfîrșit se adaugă leușteanul și se drege cu ou. Se servește cu ardei verde, mic.

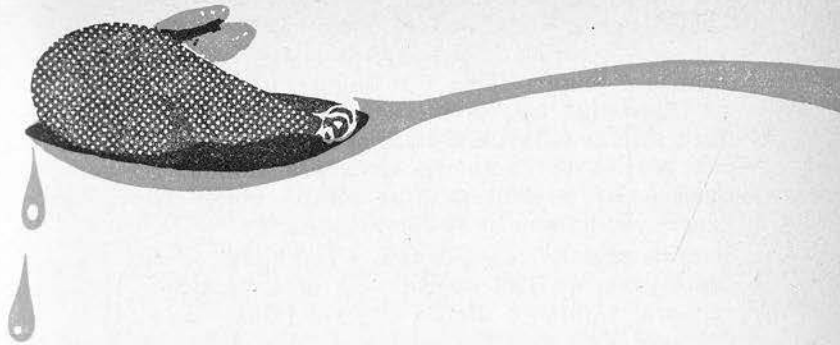
Ciorbă de burtă. 1 kg burtă, 4 l apă, 2 cepe, sare, zarzavat de supă, 2 ouă, oțet, verdeață.

Se curăță burta și se pune la fiert cu o apă fierbinte și o ceapă crestată. Se lasă să fiarbă încet pe marginea plitei. Cînd este gata se strecoară zeama și se fierbe în ea zarzavatul de supă, o ceapă, verdeață și sare.

Din bucățile fierte de burtă se taie șuvițe lungi și late de un deget. Se pun în zeama strecurată și se lasă să mai dea un clocot. La sfîrșit se drege cu ou și oțet după gust. Se servește cu pătrunjel tocat.

Ciorbă pescărească. 1 kg de pește mărunt (obleți, ghibarți etc.), 1 kg de pește mare (crap sau somn), 2 cepe, 1/2 kg roșii, 2 ardei grași, 1 rădăcină de pătrunjel, 1 rădăcină hrean, aguridă, corcodușe verzi sau sare de lămîie, leuștean și pătrunjel, sare, piper.

Se pune la fiert peștele mărunt. Cînd este gata se strecoară zeama și în ea se fierbe tot zarzavatul. Cînd este gata se strecoară din nou zeama și se adaugă bucățile de pește mare. După ce a fiert se acrește cu aguridă, corcodușe sau sare de lămîie.



Ciorbă de oase de porc. Oase de porc, 1 morcov, 1 ceapă, 1 țelină, 1 păstîrnac, frunze de pătrunjel și leuștean, 1 ceșcuță de orez, sare 1/2 l zeamă de varză.

Se pun oasele la fiert cu apă rece, se scoate spuma și se fierbe la foc domol ca să iasă ciorba limpede. Se adaugă zarzavatul tăiat fideluță, sarea și orezul. Cînd acestea sînt fierte se adaugă zeama de varză care a fost fiartă separat și verdeața tocată.

Ciorbă de fasole verde cu ouă răscoapte. Se fierbe fasolea tăiată în lung cu ceapa tăiată mărunt și cu o linguriță de unt. Cînd este gata se potrivește de sare și se acrește cu oțet. Separat se pun într-un castron ouă răscoapte tocate mărunt și crutoane de pîine prăjită peste care se răstoarnă supa de fasole și se presară pătrunjel verde.

Ciorbă de salată verde cu ouă. Se prăjește slănină tăiată pătrățele într-o oală cu o lingură de apă. Cînd apa a scăzut se adaugă salata tăiată fîșii. După ce s-au înmuiat frunzele se adaugă ceapă verde tocată, verdeață tocată, puțină făină, sare și unt și se acoperă cu apă caldă. Cînd zarzavatul este fiert se adaugă o omletă coaptă pe amîndouă părțile, tăiată fîșii sau în pătrățele. Se acrește cu oțet și se presară pătrunjel verde tocat.

Omleta poate fi înlocuită cu ouă care se sparg cîte unul direct în ciorbă. La fel se prepară ciorba de spanac, măcriș etc.

Borș de hribi. 100 g de hribi uscați 1 l apă, 1/2 l borș, 500 g varză acră, 1 ceapă, 2 linguri făină, 2 linguri ulei, sare, verdeață.

Se taie varza fin, se presară cu făină și se prăjește. Se fierb hribii, se scot din zeamă, se taie mărunt, se pune peste varza prăjită și se toarnă deasupra zeama. Se continuă fierberea și cînd sînt gata se toarnă borșul fiert, sare și verdeață. După un clocot borșul este gata.

Borș de urzici. 1/2 kg urzici, 1 l apă, 1/2 l borș, 1 ceapă, 1 ardei gras, un vîrf de cuțit de boia de ardei, 1 ceșcuță orez, sare, 1 lingură ulei, 1 lingură făină.

Se curăță urzicile și se spală, se pun într-o oală cu apă clocotită sărată. În timp ce fierb se pregătește rîntașul în care se pune ceapa tocată mărunt, se presară cu boia și se sting cu zeamă de urzici. Se adaugă sare, orez și ardei gras. Cînd au fiert se adaugă borșul clocotit. Se servește cu mămăligă.

Borș de dovlecei în floare. 1 kg dovlecei, 1 l apă, 1/2 l borș, zarzavat de supă, o ceapă, orez, sare, verdeață, 2 linguri smîntînă.

Se curăță zarzavatul, se rade și se fierbe cu ceapa tăiată mărunt. Cînd este aproape fiert se adaugă orezul, apoi dovleceii. După ce au fiert se adaugă borșul fierbinte și verdeață multă. După cîteva clocote borșul este gata și se drege cu ou și smîntînă.

Borș moldovenesc. 1 găină, 1 l apă, 1 l borș, verdeață, 1 legătură lobodă, sare, tăiței.

Se curăță găina și se pune la fiert cu apă rece fără zarzavat. După ce a fiert se scoate găina pe o farfurie și în zeamă se pun tăițeii să fiarbă. Cînd sînt gata se toarnă borșul clocotit, găina tăiată bucăți, verdeață și loboda tăiată. Se lasă să mai dea un clocot. Acest borș nu se drege.

Borș de iepure. 1 kg carne de iepure, 1 l apă, 1/2 l borș, 1 ceașcă smîntînă, zarzavat de supă, 1 ceapă, sare, 1 linguriță de făină, leuștean.

Se șterge carnea, se taie bucăți și se pune la fiert. După ce s-a luat spuma, se adaugă ceapa tocată și zarzavatul dat prin răzătoare. Cînd sînt fierte se adaugă borșul. Înainte de a se servi se pune leușteanul și se drege cu smîntînă amestecată cu făină.

Borș de pește. 1 kg de pește (crap, șalău etc.), 1 l apă, 1/2 l borș, zarzavat de supă, 1 ceapă mare, 1/2 ceașcă de orez, sare, verdeață.

Se pune apa la fiert și cînd clocotește se adaugă ceapa tăiată mărunt și zarzavatul tăiat subțire. După ce s-a fiert zarzavatul se adaugă orezul și cînd acesta este fiert se adaugă bucățile de pește. După cîteva clocote se adaugă borșul clocotit, turnînd cîte puțin pînă se potrivește de acru. Se adaugă sare după gust și cîteva frunze de leuștean. După cîteva clocote se scot frunzele de leuștean. Cînd se servește se adaugă verdeață tocată.

MÎNCĂRURI PROASPETE DIN LEGUME ȘI CARNE

Cartofi cu ciuperci. 1,500 kg cartofi, 250 g ciuperci, 1 ceapă, 3 linguri untură, 3 linguri făină, 1 ceașcă smîntînă, 1 ceașcă zeamă de ciuperci, 5 ouă, verdeață, cîteva foi de ceapă verde, pesmet, sare, piper.

Se fierb separat cartofii și ciupercile. Se strecoară ciupercile și se dau prin mașina de tocat carne. Se pun într-o tigaie cu ceapă tocată, prăjită în untură, se adaugă făină, smîntînă, zeamă de ciuperci și verdeață tocată mărunt. Se așază jumătate din cantitatea de cartofi tăiați în felii subțiri pe fundul unei cratițe unse cu untură și presărată cu pesmet. Se pun deasupra 4 ouă răscoapte tăiate în felii subțiri sau trecute prin mașină. Peste ouă se pun ciupercile prăjite și se acoperă cu restul de cartofi. Deasupra se toarnă smîntînă amestecată cu ou bătut, mărar, foi de ceapă verde tăiate mărunt și sare. Se presară cu pesmet și se dă cratița la cuptor. După ce s-a rumenit se scoate și se răstoarnă pe farfurie.

Cartofi gratinați. 1 kg cartofi, 5 ouă răscoapte, 100 g caș-caval, pesmet, 3 linguri smîntînă, 1 1/2 pahar lapte, 1 ou crud, sare.

Se fierb, se curăță și se taie cartofii. Se curăță ouăle răscoapte reci și se taie în felii subțiri. Se așază într-o cratiță un rînd de cartofi, un rînd de ouă răscoapte, pînă la terminare. Deasupra se toarnă smîntîna amestecată cu lapte și ou. Se dă la cuptor.

Budincă de ciuperci. 3 felii de pîine, 300 g ciuperci, 5 ouă, 4 linguri smîntînă, 2 linguri ulei, 1 ceapă mică, 1/2 pahar lapte, verdeață, 10 linguri de sos de ciuperci, sare, piper.

Se moaie feliile de pîine în lapte. Se spală cîteva ciuperci și se pun la fiert. Cînd sînt gata se trec prin mașina de tocat carne, apoi se storc chiflele muiate în lapte și se trec de două ori prin mașină împreună cu ciupercile. Se prăjește în untură ceapa tăiată mărunt, la care se adaugă verdeață tocată și se toarnă peste ciuperci.

Se adaugă pe rînd gălbenușurile și se freacă bine, se potrivește de sare și piper, se adaugă smîntîna și albușurile bătute spumă. Se toarnă compoziția într-o formă și se fierbe o oră în baie de apă.

Budinca se servește cu sos de ciuperci făcut cu 2 linguriță de făină călită în ulei, cu lapte, smîntînă și sare.

Dovlecei cu brînză. 5 dovlecei, 5 linguri de brînză de vacă sau urdă, 1 ou, o ceașcă de smîntînă, 1 linguriță de griș, 2 legături mărar, 1 lingură untură, 3 linguriță de făină, sare, piper.

Se taie căpăcelele la amîndouă capetele dovleceilor și se curăță de coajă. Se scobește miezul dovleceilor, se spală și se opăresc cu apă clocotită. Se lasă să se scurgă.

Se alege brînză de vaci bine scursă, se freacă cu o lingură de lemn, se adaugă sare, piper, griș, mărar tocat și ou, iar dacă este nevoie și puțină grăsime. Se umplu dovleceii cu o linguriță, se șterg cu un șervet și se prăjesc puțin în untură.

Se fierbe separat într-o cratiță puțină apă, puțină untură și sare. Cînd clocotește apa se dă drumul dovleceilor. Se completează sosul turnînd apă clocotită pînă se acoperă dovleceii. Se acoperă cratița cu capacul și se lasă să fiarbă pînă scade sosul, rămînînd puțin pe fundul cratiței.

Se face un rîntaș la care se adaugă 1/2 din cantitatea de smîntînă și se toarnă peste dovlecei. Se mai dau 2—3 clocote. La masă se servesc cu restul de smîntînă și mărar tocat.

Conopidă cu pesmet. 2 conopide, 4 ouă, 2 linguri unt, pesmet, sare.

Se fierbe conopida în apă clocotită cu sare. Se așază într-o formă, se presară cu ou răscopt dat prin sită și cu pesmet alb prăjit în unt. Se dă la cuptor. După cîteva minute se poate servi.

Conopidă cu sos de roșii. 1 conopidă mare, 50 g unt, 1 lingură pesmet, 1 ceașcă sos de roșii, sare.

Se curăță conopida și se fierbe în apă clocotită cu sare. Se scurge apoi de apă, se toarnă deasupra unt topit și se presară cu pesmet rumenit. Se servește cu sos de roșii.

Fasole verde cu omletă la cuptor. 1 kg fasole grasă, 2 ouă, 1 linguriță făină, 3 linguri lapte, 1 lingură unt, sare.

Se spală și se fierbe fasolea în apă cu sare, se scurge de zeamă și se pune cu unt într-o cratiță. Se desface făina cu lapte rece, se adaugă ouăle bătute bine și se potrivește de sare. Se toarnă compoziția peste fasole și se dă la cuptor la foc iute cam 1/2 oră, pînă se prinde ca o omletă. Se servește fierbinte.

Bame grecești. 750 g bame, 125 g ulei, 2 cepe, 1/2 kg roșii, oțet, piper, 1/2 linguriță făină, 1 ardei, 1/4 lămîie, zahăr, sare.

Se aleg bame tinere, se taie codițele, se opăresc cu borș clocotit, sărat sau cu oțet îndoit cu apă. Se scurg și se prăjesc în ulei. Se adaugă ardei gras, tăiat subțire.

Separat se călește ceapa, se stinge cu apă, se trece prin sită și se pune peste bame. Tot separat se rumenesc roșiile, lăsîndu-le să fiarbă în ulei și în zeama lor, apoi se strecoară și se toarnă peste bame. Se ia puțin sos, se amestecă cu puțin zahăr și piper și se pune peste bame. Se lasă să fiarbă descoperit, se potrivește de sare și dacă nu este destul de acră se adaugă zeamă de lămîie. După ce se răcorește se adaugă puțin ulei crud amestecat cu oțet după gust. Se așază apoi în farfurie.

Budincă de clătite cu spanac. 15 clătite, 1/2 kg spanac, 1 lingură untură, 100 g cașcaval, 5 linguri smîntînă, pesmet, sare.

Se fac clătite mici, rotunde cît fundul formei în care se prepară budinca.

Se alege spanacul, se opărește în apă clocotită cu sare, se trece prin sită și se amestecă cu puțin lapte și untură. Se unge forma cu untură, se așază pe fund o clătită, iar deasupra ei se întinde un strat de spanac peste care se presară cașcaval ras. Se pune iarăși o clătită, se repetă operațiunea și se termină cu o clătită. Deasupra se presară cașcaval, pesmet și untură. Se ține la cuptor cam 1/4 oră. Se servesc fierbinți cu sau fără smîntînă.

Gulii umplute cu carne de vacă. 10—15 gulii, 10 linguri de tocătură de carne cu orez, untură, brînză rasă, zeamă de carne.

Se curăță de coajă guliile întregi și se taie în partea de sus un căpăcel. Se pun într-o oală și se toarnă apă clocotită cît să le acopere. Se fierb acoperite pînă se moaie.

Din gulia fiartă se scoate miezul cu o linguriță, se dă prin sită și se amestecă cu tocătura de carne. Se umple apoi guliile cu carne tocată, se așază într-o tavă, se presară deasupra brînză rasă, se stropesc cu untură și se dă la cuptor pentru ca mîncarea să capete față.

Se servesc cu zeamă de carne din sosieră.

Budincă de carne. 1 kg carne macră de vacă, puțină untură, 4 cepe, 1 linguriță bulion de roșii, 1 căpățînă usturoi, 3 ouă, 1 linguriță făină, 1 ceșcuță lapte.

Se pune carnea într-o cratiță cu untură, cu ceapă tăiată bucăți și se prăjește totul împreună. Se adaugă bulion, sare și o căpățînă de usturoi curățat. Cînd carnea s-a rumenit, se pune o linguriță de făină. Se amestecă bine și se toarnă un pahar de apă caldă. Se lasă să fiarbă pînă ce scade apa la jumătate. Se ia la o parte și cînd carnea s-a răcit se dă totul prin mașina de tocat.

Se bat bine ouăle, se adaugă o ceșcuță de lapte și se toarnă compoziția în tocătură amestecînd încet. Se unge cu untură o crăticioară, se presară cu pesmet și se pune în ea compoziția netezînd-o frumos cu o lingură. Se fierbe în baie de apă la cuptor cam 3/4 oră. Cînd budinca este gata se lasă 1/4 oră să se odihnească, apoi se răstoarnă pe o farfurie rotundă.

Se servește cu garnitura de macaroane sau orez și sos de roșii.

Perișoare cu smîntînă. 1 kg de tocătură fără orez, 5 linguri de lapte, 1 vîrf de cuțit de boia, 5—6 linguri smîntînă, 2 linguri grăsime, 3 linguri de făină.

Din tocătura de carne se fac perișoare potrivit de mari, ca o nucă, se tăvălesc prin făină și se prăjesc în untură încinsă. Se scot într-o cratiță.

Separat se face un rîntaș din untură sau ulei, făină și stins cu lapte fierbinte. Se adaugă 1/2 din cantitatea de smîntînă cîte puțin și amestecînd mereu. Se presară puțină boia pentru culoare și se lasă să scadă puțin. Se toarnă sosul peste perișoare și se pune cratița să fiarbă descoperit. Se potrivește de sare.

Înainte de a se servi se adaugă și restul de smîntînă și se presară verdeață tocată.

Musaca de varză. 1 varză frumoasă, 750 g de carne de vacă tocată, 5—6 linguri smîntînă, 1/2 kg roșii, verdeață, 1 ardei gras, 3 linguri de grăsime, 1 ceapă mare, sare, piper, zeamă de carne, pesmet.

Carnea tocată se prăjește cu ceapă călită în untură. Se adaugă sare, piper și verdeață tocată. Se desface varza, se taie cotorul, se scot foile înlăturînd vinele groase și se oparește. Se unge apoi o cratiță cu untură, se presară cu pesmet, se întind cîteva foi de varză și bucăți fine de ardei. Deasupra se pune un strat de carne tocată, apoi alt rînd de foi. Se termină cu un rînd de foi peste care se presară pesmet, grăsime puțină, smîntînă și sare. Totul se pune la cuptor. Cînd este gata se scoate și după ce s-a răcit puțin se răstoarnă. Se servește cu smîntînă.

Mîncărică de berbec. 750 g carne, 2 țeline, 8 cartofi, 10 cepe, 1 l zeamă de carne, sare, piper.

Se alege piept sau spinare de berbec, se taie în bucăți. Cartofii se curăță, țelina și ceapa se taie felii. Se așază totul într-o cratiță, un rînd de carne, un rînd de zarzavat

amestecat, apoi iar carne. Se adaugă sare, piper și zeamă de carne sau apă fierbinte. Se lasă cratița acoperită pe plită să fiarbă încet. Cînd zeama a început să scadă cratița se pune la cuptor.

Mîncarea gata trebuie să fie scăzută.

Sote de berbec. 1 kg carne macră, 1 lingură de untură, 4 cepe, cimbru, 1 lingură bulion de roșii, 1/2 pahar vin.

Se taie carnea în bucățele mici de forma cuburilor, se pun într-o cratiță cu o lingură de untură, cu ceapă tăiată felii subțiri, piper, sare, cimbru și 1 pahar apă. Se lasă să fiarbă pînă ce scade apa și carnea începe să se prăjească. Se adaugă bulion de roșii, se amestecă și cînd carnea s-a prăjit se stinge cu vin îndoit cu apă. Se continuă fierberea pînă sosul se îngroașă puțin. Se servește cu garnitură de cartofi.

Cîrnați de porc cu sos de roșii. 500 g cîrnați afumați, 1 lingură de untură, 2 linguri de bulion.

Se taie cîrnații în bucăți și se prăjesc în untură încinsă. Se toarnă deasupra sos cu bulion de roșii și se lasă acoperiți pe foc încă 1/4 oră ca să se îmbibe cu sos. Se servesc cu garnitură de orez.

Costiță cu fasole albă. 400 g fasole, 300 g costiță, 3 cepe, sare, grăsime, 1 linguriță de făină.

Fasolea se pune la fiert, se schimbă apa și cînd este aproape gata se adaugă sare. Separat se face un rîntaș din grăsime, făină, ceapă tocată și stins cu zeamă de fasole. După ce fierbe cîteva minute se toarnă peste fasolea aproape gata și se lasă să mai fiarbă împreună. Se prăjește costița în grăsime și se servește împreună cu fasolea și cu salată de sezon.

Bame cu carne de porc. 1/2 kg carne de porc de gătit, 1 kg bame conservate în bulion, 2 cepe, 1 lingură de untură, 1 păhărel de vin.

Se taie carnea în bucăți potrivite, se pun să se rumenească cu untură și cu ceapa tăiată mărunt. Se amestecă din cînd în cînd ca să nu se ardă. Cînd ceapa începe să se îngălbenească se pune sare și apă caldă. Se lasă să fiarbă înăbușit cam un ceas, turnînd din cînd în cînd cîte puțină apă caldă. Cînd carnea este fiartă se adaugă bamele cu bulion cu tot. După un clocot se adaugă vinul și se dau la cuptor.

Budincă de tăiței cu cîrnați afumați. 500 g tăiței, 1 lingură untură, 250 g șuncă afumată, 1 pahar smîntînă, 2 ouă, 1 lingură de pesmet, sare.

Se fierb tăiței în apă cu sare, se amestecă cu untură, cu șunca tăiată mărunt, gălbenușurile, albușurile bătute spumă și cu smîntînă. Se unge o formă cu untură, se presară cu pesmet și se toarnă compoziția. Se rumenește la cuptor.

Ruladă cu slănină afumată. 1 kg pulpă de porc, 200 g de slănină afumată, o ceșcuță de ulei, 1 ceapă, 1 țelină mică, 1 fir de pătrunjel, 1 ceșcuță de zeamă de carne, sare, piper, 1 ceașcă orez.

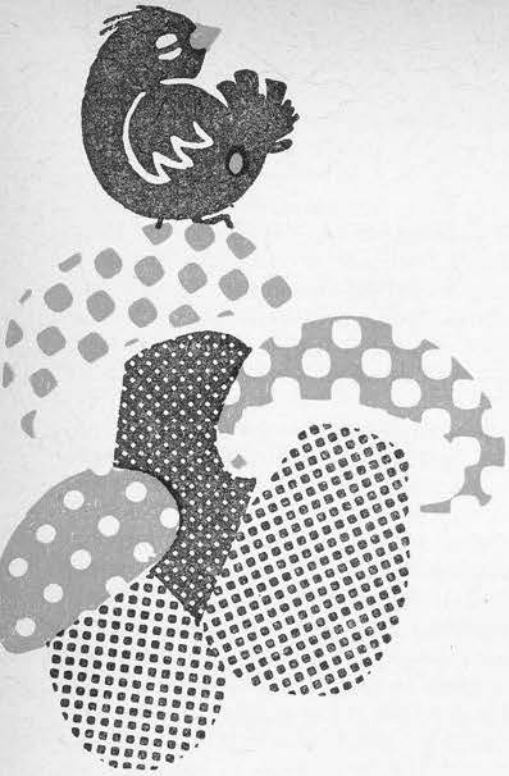
Se taie felii de carne ca pentru șnițele, se bat cu ciocanul de lemn, fără să se rupă, se îndreaptă marginile, se presară cu sare și piper. Pe fiecare bucată de carne se așază cîte o felie subțire de slănină afumată. Se face sul fiecare bucată de carne și se leagă. Într-o cratiță se înfierbîntă ulei, se pune o ceapă tăiată mărunt, felii de țelină, pătrunjel, sare și resturile de carne și slănină tăiate mărunt. Se lasă totul înăbușit cam 1/4 oră, amestecînd mereu cu lingura ca să nu se prindă. Se așază apoi deasupra ruladele de carne, se întorc pe o parte și pe alta pînă se prăjesc, fără să se rumenească. Se dau apoi la cuptor și se țin la foc potrivit 1 1/2 oră, întorcîndu-le din cînd în cînd și stropindu-le cu o ceșcuță de apă rece. În sosul din cratiță se adaugă o ceșcuță de zeamă de carne și se lasă să mai dea cîteva clocote. Se strecoară, se toarnă peste ruladă. Separat se fierbe orezul în zeamă de carne cu sare și piper și se așază în sos lîngă ruladă.

Pui cu conopidă. Se prăjesc bucățile de pui în ulei bine încins.

Într-o cratiță se rumenește făină, se adaugă ceapă tăiată mărunt, boia de ardei și se stinge cu apă caldă. Se pune carnea și se lasă să dea cîteva clocote.

Se desface conopida în buchețele, se spală și se prăjește puțin. Conopida astfel pregătită se pune peste carne, se adaugă roșii sau bulion de roșii și se dă la cuptor să scadă. Cînd este gata mîncarea se presară cu pătrunjel verde tocat.

Cotlete de pui cu sos de ciuperci. Se aleg pui tineri mai mărișori. Se taie și se aleg bucățele mai cărnoase (piept, pulpe etc.) și li se dă forma de cotlet bătîndu-le pes'e tot. Se sărează, se dau prin făină, apoi prin ou și prin pesmet. Se rumenesc în ulei sau untură bine încinsă.



Pentru garnitură se aleg ciuperci mici, se spală, se fierb și apoi se călesc în puțin ulei. Se adaugă smîntînă în care s-a pus sare și puțină făină. După 2—3 clocote se adaugă mărar tocat.

Găină în aluat. Pulpele și pieptul de la o găină, 1 pahar ulei, 2 linguri făină, 2 ouă, 1 ceapă, 2 linguri pesmet, sare, piper.

Bucățile de carne pe jumătate fierte se înăbușe în ulei împreună cu ceapa întreagă, o lingură de apă și sare. Cînd s-au frăgezit se scot, se lasă să se răcească puțin, se curăță de piele și oase în așa fel încît bucățile să se păstreze cît mai întregi. Separat se face un sos gros din ulei, făină și stins cu zeama în care s-au înăbușit bucățile de carne. Se adaugă gălbenușurile, sare și piper. Se trec bucățile de carne prin acest sos și se așază pe o farfurie pînă se întărește acest înveliș. Se trec apoi prin albușurile bătute spumă, prin pesmet și se rumenesc în ulei. Se servesc cu garnitură de legume și salată.

Budincă cu piept de găină. Se dă prin mașină un piept de găină crud la care se adaugă miez de franzelă muiat în lapte, bine stors și bine frămîntat, 6 gălbenușuri bine frecate cu sare, o lingură de unt topit. Se amestecă totul pînă se face ca o pastă. Se adaugă albușurile bătute spumă, amestecînd ușor pînă compoziția devine uniformă. Se potrivește de sare.

Se toarnă compoziția într-o formă unsă cu unt și tapetată cu pesmet, iar deasupra se pun bucăți mici de unt. Se coace la foc potrivit.

Se servește cu sos de ciuperci.

FRIPTURI

Biftec la tavă. 1 kg mușchi de vacă, untură, sare, piper.

Se curăță mușchiul de pieliță și grăsimea de prisos, se taie în felii rotunde, se pune fiecare bucată într-un tifon, se bate cu ciocanul și apoi se strîng capetele tifonului și se învîrtesc, ca să dea mușchiului forma rotundă. Se leagă cu sfoară ca să păstreze forma și se presară cu piper. Se rumenesc apoi la foc viu într-o tavă cu untură bine încinsă. Se trage apoi tava la marginea plitei la foc mic pentru ca bucățile de mușchi să se frigă. Cînd biftecul este gata se presară cu sare. Se servește fierbinte, simplu sau cu un ochi deasupra, și cu diferite garnituri și salată.

Mușchi de vacă la tavă. 1, 500 kg mușchi, 100 g slănină, zarzavat de supă, 1 lingură untură, 1/2 ceașcă zeamă de carne, sare, piper.

Se curăță mușchiul, se șterge și se împănează sau se învelește cu slănină și se leagă cu sfoară dîndu-i o formă regulată. Se dă sare, piper și se pune în tavă unde se stropește cu untură fierbinte. Se adaugă zarzavatul tăiat mărunt și se dă la cuptor, la foc viu. Cînd mușchiul se rumenește, se domolește focul și se toarnă zeama de carne și friptura se stropește mereu cu sosul ei. Cînd este gata se scoate mușchiul, se desface sfoara după ce s-a răcit și apoi se taie felii după nevoie, se servește cu sosul propriu strecurat și cu diferite garnituri.

Vrăbioare la cuptor. 2 kg vrăbioare de vacă, 2 linguri untură, sare, piper.

Se desfac oasele, iar carnea se curăță de vine fără să i se strice forma. Se presară sare și piper. Friptura se pune într-o tavă și se unge cu untură pe toate părțile. Se dă la cuptor la un foc iute, întorcîndu-le o dată sau de două ori. Cînd este gata se scoate, se lasă să se răcească și apoi se taie în felii subțiri, după nevoie. Se servește cu garnitură de cartofi și cu sos propriu bine strecurat.

Fripturi de mușchi de vacă. 750 g mușchi, 100 g costiță, ulei, piper, sare, cimbru, usturoi.

Se curăță mușchiul de vine și pieliță, se taie în bucăți mici cuburi (3—4 cm) se pune pe o farfurie, se presară cu piper, cimbru și usturoi și se moaie ușor în ulei.

Se înfig bucățile în frigărui punînd între ele felioare de costiță afumată. Se pun pe grătar și cînd se întorc se ung cu o pană muiată în untură. La urmă se dă sare și se servesc în frigărui, garnisite cu pătrunjel și diferite sorturi de legume, cu salată de sezon.

La fel se fac și frigăruile de vițel, berbec și miel.

Pulpă de vițel friptă. 1,5 kg pulpă, 2 linguri untură, 1 ceașcă zeamă de carne, sare.

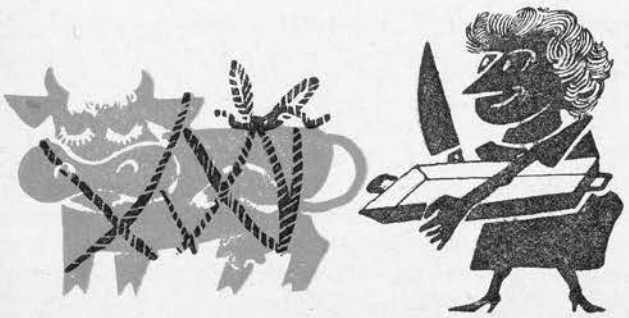
Se curăță și se șterge pulpa, se leagă cu sfoară, se dă sare, se așază în tavă și se stropește bine cu untură fierbinte. Se pune la cuptor și se lasă să se rumenească pe toate părțile. Se domolește apoi focul și se toarnă în tavă zeamă de carne. Se stropește din cînd în cînd cu sosul ei.

Cînd este gata se taie pentru ca să se răcorească, se scot sforile, se taie felii subțiri și se așază în farfurie. Se garnisește cu diverse legume prăjite sau fierte peste care se toarnă sosul fripturii bine strecurat.

Șnițel vienez. 1 kg carne de vițel, grăsime, sare, piper, 5 felii lămîie, făină, ou, pesmet.

Se taie carnea crudă în felii, se bat ușor cu ciocanul, se presară pe ambele părți cu sare și piper, apoi se bat în făină, ou și pesmet. Se prăjesc șnițelele pe amîndouă părțile în multă grăsime, la început pe foc viu, apoi la foc mai moale.

Cînd șnițelele sînt gata se pune cîte o felie de lămîie, pe fiecare și se servesc cu cartofi prăjiți și salată verde.



Miel la tavă. 2 kg carne, 1 lingură untură, 1/2 lingură bulion de roșii, 7—8 cartofi mari.

Se curăță carnea, se șterge bine, se așază în tavă, se presară cu sare și piper și se unge cu untură. Se așază în jurul fripturii cartofi curățați, dați cu piper și unși cu untură, și tăiați în patru. Deasupra se toarnă bulionul de roșii subțiat cu apă caldă.

Se dă friptura la cuptor și după ce s-a rumenit se scoate și se servește cu cartofii din tavă.

Pulpă de berbec la tavă. 1 pulpă de berbec, 1 lingură ulei, cîțiva căței de usturoi, sare, piper, 1 ceașcă cu zeamă de carne.

Se curăță și se spală pulpa, se sărează, se împănează cu usturoi, se unge cu ulei și se presară cu piper. Se așază friptura în tavă cu partea grasă în sus și se dă la cuptor la foc iute. Cînd friptura s-a rumenit pe amîndouă părțile, focul se domolește, se toarnă în tavă zeamă de carne și se stropește friptura din cînd în cînd.

Cînd este gata se lasă friptura să se răcorească, apoi se taie felii și se servește cu diferite garnituri de legume, orez, macaroane etc.

Purcel de lapte la cuptor. Se curăță purcelul, se spală, se unge înăuntru și pe dinafară cu lămîie, se dă sare și piper. Se pun într-o tavă cîteva bețișoare sau un grătar pe care se așază purcelul pe burtă cu picioarele îndoite. Se unge cu untură amestecată cu ulei și rom pentru a căpăta o față frumoasă. Se dă la cuptor încins și se unge cu grăsime pînă începe să prindă coajă. După ce șoricul s-a uscat nu se mai unge cu grăsime, ca să nu capete aspect de fiert.

Cînd este gata se scoate purcelul din tavă și se așază pe o farfurie garnisită cu verdeață.

Mușchi de porc la cratiță. 750 g mușchi, 1 lingură grăsime, 5 cepe mici, 5 linguriță de făină, 1 pahar vin, sare, piper, 1 foaie de dafin.

Se prăjește mușchiul întreg în grăsime într-o cratiță cu sare și piper. Se adaugă ceapa tăiată subțire, făina și se amestecă bine. Se stinge cu un pahar de vin, se adaugă o foaie de dafin și cîteva boabe de piper. Se trage cratița la marginea plitei și se prăjește încet. Ca să fie mai picant se pot adăuga în sos 2—3 căței de usturoi tăiați mărunt.

Ca garnitură se servește pireu de cartofi și salată de sezon.

Mușchi de porc umplut. Se curăță mușchiul de pieliți, se despică în două în lungime, dar nu de tot. Se scoate o fișie de carne din mijloc, care se trece prin mașina de tocat împreună cu mușchiulețul scos la curățat și puțină costiță fiartă. Se adaugă la tocătură o felie de pîine muiată în lapte și stoarsă bine, o ceapă tocată și călită, sare, piper, puțin pătrunjel tocat și un ou. Se umple mușchiul cu această tocătură, se leagă bine ca să-și revină la forma lui. Se pune la cuptor într-o tavă cu puțină apă sau zeamă de carne. Se unge din cînd în cînd cu unt topit. Cînd este aproape gata se scurge grăsimea din tavă, se pun cîteva linguri de smîntînă și se mai ține puțin la foc fără să fiarbă ca să nu se taie smîntîna. Carnea se taie felii și se servește cu sosul fripturii și cu garnituri de legume.

Coastă de porc umplută cu mere. 750 g coastă proaspătă, 1/2 kg mere, cimbru, sare, piper, 3—4 boabe ienibahar, 1/2 pahar vin, 1 linguriță făină.

Se alege o coastă mai mult lungă decît lată, se taie la mijloc ca să formeze o pungă, lăsînd o margine de 2 cm împrejur. Se freacă cu sare, piper, cimbru și boabe de ienibahar pisate. Se umple punga cu merele curățate de coajă și semințe, tăiate în sferturi. Se coase punga și se așază coasta în tavă cu 1/2 ceașcă apă fierbinte. Se acoperă cu un capac și se fierbe la foc moale cam 1/2 oră. Se întoarce coasta, se adaugă încă 1/2 ceașcă apă fierbinte și se lasă să fiarbă iar 1/2 oră. Se scoate capacul și se dă la cuptor să se rumenească. Cînd este gata se scoate friptura iar în sosul rămas se adaugă făina care se stinge cu vin. După 2—3 clocote se strecoară. După ce s-a răcit friptura se scoate ața, se așază pe o farfurie, iar deasupra se toarnă sosul.

Limbă de porc afumată la cuptor. Limba afumată se spală și se fierbe în apă cu sare și apoi se curăță de piele. Se dă la cuptor 1/2 oră cu o ceșcuță de ulei și 2—3 linguri de apă caldă. Se stropește din cînd în cînd cu sosul din tavă. Se scoate pe un fund și se taie felii groase de un deget. Se așază pe farfurie și se acoperă cu sosul în care s-a prăjit. Se servește cu garnitură de legume și salată.

Cîrnați de porc cu sos de vin. Cîrnații se fierb 5 minute cu puțină apă clocotită. Se aruncă apa și se înlocuiește cu vin. Se adaugă puțin ulei, se acoperă și se fierb la foc potrivit 1/4 oră. Se servesc cu garnitură de cartofi.

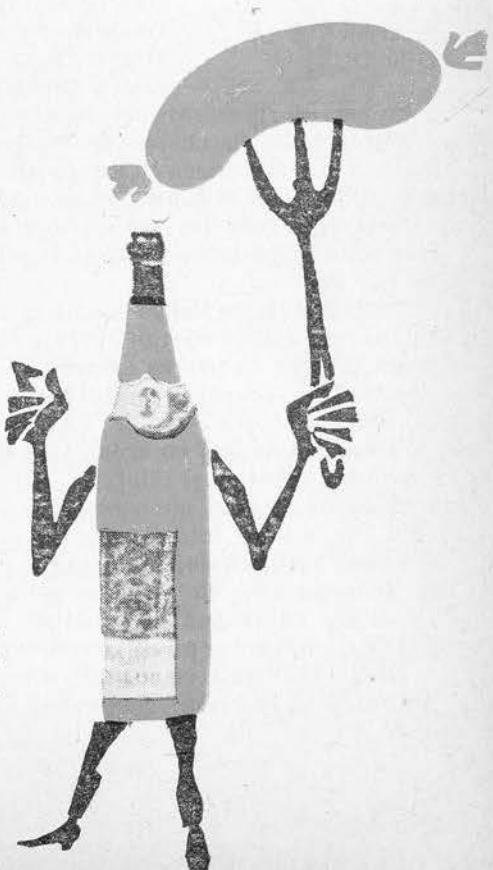
Pui pane. 2 pui, 3 ouă, 2 linguri făină, pesmet, grăsime, sare, piper. Se curăță puii, se taie în două sau în patru, se presară cu sare și piper, apoi se dă fiecare bucată în făină, în ou și în pesmet. Se pune în grăsime bine încinsă și se prăjesc încet la foc potrivit. Se servesc cu soteuri de legume și salată de sezon.

Pui la tavă. 2 pui, 1 lingură de untură, 1 păhărel de vin, 2 cești de zeamă de carne sau apă caldă, sare.

Se curăță puii, se spală și se freacă cu sare pe dinăuntru și pe dinafară. Se pun într-o tavă cu untură și zeamă de carne și se dă la cuptor, la foc potrivit. Se întorc din cînd în cînd și se stropesc cu sos din tavă. Cînd s-au rumenit și carnea s-a muiat, puii sînt gata.

Pui la frigare. 2 pui, 1 lingură ulei, 1 căpățînă usturoi. Se curăță puii, se spală și se freacă cu sare pe dinăuntru și pe dinafară. Se înfig într-o frigare și se frig la jar potrivit, învîrtind mereu frigarea.

Se presară cu sos cu puțină apă, ulei și usturoi pisat. Cu o pană se ung puii cu acest sos și cînd s-au rumenit deopotrivă, iar carnea devine moale, puii sînt gata. Se servește cu cartofi pai.



Cotlete de găină pane. Pieptul și pulpele, 2 ouă, 1 lingură făină, pesmet, sare, grăsime.

Se scot oasele de la piept și pulpe, se taie subțire, se sărează, se dau prin făină, prin ou bătut și apoi prin pesmet. Se prăjesc în grăsime încinsă. Se servesc cu garnitură de legume pireu sau sote și salată de sezon.

Curcan fript. 1 curcan potrivit, 1 lingură usturoi, 50 g slănină, 1 pahar vin alb, sare.

Se curăță curcanul, se sărează pe dinăuntru și pe dinafară și se așază într-o tavă. Se unge pe deasupra cu untură sleită și se dă la cuptor încins stropind des curcanul cu sos din tavă. Cînd friptura începe să se rumenească se domolește focul și se adaugă în tavă puțină apă clocotită, stropind mereu friptura în sucul ei. Se ține la cuptor pînă se frige bine. Ca să nu se ardă pieptul curcanului, acesta se acoperă cu hîrtie albă unsă cu ulei sau cu feliuțe de slănină proaspătă, nesărată și se toarnă des deasupra sos din tavă. Se adaugă la urmă și vin alb. Cînd este gata se lasă puțin să se răcorească și se taie curcanul în bucăți. Sosul se servește în sosieră.

La fel se frig toate păsările domestice mari.

PREPARATE DIN OUĂ

Ouă cu smîntînă. Ouă răscoapte tăiate rondele se pun într-un sos din rîntaș stins cu smîntînă și se lasă să dea cîteva clocote.

Se servesc presărate cu verdeață tocată.

Pîrjoale de ou cu sos de roșii. Ouă răscoapte se toacă mărunt și se amestecă cu un sos alb, gras, preparat din lapte, unt, făină, sare și piper. Se adaugă pătrunjel verde.

Se ia cu lingura din compoziție și se pune în pesmet dîndu-le forma de pîrjoale. Se prăjesc în ulei încins și se servesc cu un sos de roșii.

Ouă cu orez. Se fierbe orezul în zeamă de carne și se așază într-o formă unsă cu unt. Se taie ouă răscoapte în două și se așază pe orez cu partea tăiată în sus. Se sărează, se presară cașcaval, se stropește cu unt topit și se dă la cuptor cîteva minute.

Mîncărică de ouă cu ardei. Se călește în ulei ceapă tocată mărunt și ardei grași tăiați în felii rotunde. Cînd sînt gata se toarnă ouă bătute cu sare și piper. Se amestecă totul, iar cînd ouăle s-au întărit ușor se servesc.

Fasole verde cu ouă. Se așază în cratiță fasole verde fiartă, se stropește bine cu ulei și se presară bogat cu cașcaval ras. Deasupra se toarnă ouă bătute amestecate cu smîntînă, puțină făină, sare, piper și verdeață tocată. Se dă la cuptor.

Mîncare de ouă cu cartofi. Cartofi fierți, tăiați felii se prăjesc ușor în ulei. Separat se face un rîntaș stins cu smîntînă. Cînd sosul s-a îngroșat se adaugă cartofii prăjiți și sare după gust. Din compoziția obținută se așază într-o tavă unsă, straturi alternative cu felii de ou răscopt. Deasupra se pun bucățele de unt și se dă la cuptor.

Mîncarea se mai poate prepara și astfel: Se face un sos gros din ulei, făină și lapte în care se sparg ouă crude, unul cîte unul amestecînd mereu și felii de cartofi fierți. Compoziția obținută se pune într-o tavă unsă și se presară cu cașcaval ras. Se rumenește la cuptor.

Ochiuri pe mămăliguță cu brînză. Se prepară o mămăliguță cu brînză și unt la cuptor. Cînd este gata se fac cuiburi în mămăliguța cu brînză și se sparge în ele cîte un ou. Se dă din nou la cuptor pentru cîteva minute.

PREPARATE DIN PEȘTE

Pește pe varză. 1,500 kg pește (crap, știucă etc.), 1 varză acră, 200 g ulei, 300 g roșii, 1 ardei gras, boabe de piper, sare.

Se curăță și se spală peștele, se freacă cu puțină sare și se taie în bucăți.

Se desface varza în foi, se taie mărunt ca tăițeii și se stoarce puțin de zeamă. Se încălzește bine pe tavă, se pune ulei în care se călește varza. Cînd este pe jumătate călită se adaugă roșiile, boabele de piper și ardeiul tăiat mărunt. Se amestecă totul bine iar deasupra se asază

bucățele de pește, îndesîndu-le puțin în varză. Se dă la cuptor avînd grijă să se stropească peștele din cînd în cînd cu zeama lăsată de varză.

Cînd peștele s-a muiat se scoate tava din cuptor și se lasă să se răcească.

Plachie de pește. 1,500 kg pește (știucă, crap, șalău etc.) 7—8 cepe mari, 2 cești de ulei, 3—4 roșii, 1 pahar vin, pătrunjel verde, sare, piper.

Se curăță peștele, se taie în bucăți și se freacă cu sare și piper. Se taie ceapa în felii subțiri și se prăjește ușor în ulei. Se adaugă roșiile curățate și tăiate, piper, mult pătrunjel tocat și vin, amestecînd totul bine. După ce s-au prăjit se pune totul într-o tavă, se așază bucățile de pește deasupra și se dă la cuptor la foc potrivit, iar din cînd în cînd se toarnă sos deasupra peștelui.

Cînd este gata plachia se așază pe o farfurie și se poate servi caldă sau rece, după plac.

Șnițel de pește. 1,500 kg pește mare, ou, pesmet, ulei.

Se fierbe peștele, se răcește, se taie în felii apoi fiecare bucată se moaie în ou, se trece prin pesmet, prin ulei, din nou prin pesmet și se prăjește în ulei bine încins. Se servește cu diverse garnituri.

Marinată de pește. 1,500 kg pește mare, 1 ceașcă ulei, 2 foi dafin, cîteva boabe de piper și inibahar, făină, sare.

Se curăță, se taie peștele în bucăți, se presară cu sare și se lasă să se scurgă bine. Se zvîntă bucățile cu o cîrpă, se dau prin făină și se prăjesc în ulei fierbinte.

Se pune oțetul cu mirodeniile să dea un clocot și se adaugă sare. Oțetul fierbinte se toarnă peste pește atît cît să-l acopere. Se adaugă 2—3 linguri de ulei.

Rasol de pește cu maioneză. 1,500 kg pește alb (șalău etc.) zarzavat de supă, 500 g cartofi, 1 ceapă, 1 foaie dafin, boabe de piper, sare, verdeață, maioneză.

Se fierbe bine zarzavatul de supă, ceapă tăiată în două, sare, boabe de piper și foaie de dafin. Se trage vasul la marginea plitei și cînd s-a potolit din fiert se introduce ușor peștele întreg, curățat și spălat. Se fierbe apoi la foc iute.

Cînd este gata se scoate peștele, se așază în farfurie și după ce s-a răcit se acoperă cu maioneză. Se servește cu cartofi fierți, presărați cu pătrunjel tocat.

PREPARATE DIN VÎNAT

Iepure cu măsline. 1 iepure, 2-3 foi de dafin, cîteva cuișoare, felii de morcov și țelină, 1 kg ceapă măruntă, 2 pahare vin, 1 pahar oțet, 100 g costiță afumată, 3 linguri făină, 2 pahare apă, 1 linguriță coniac, 300 g măsline, 2 căpățîni usturoi, 1 lămîie, 300 g ulei, 100 g untură, sare, piper.

Iepurele se curăță și se șterge bine, se taie în bucăți și se pune într-un vas smălțuit adăugînd sare, piper, foi de dafin, cuișoare, o ceapă mare tăiată felii, morcov și țelină, o parte din vin, oțet și costiță afumată tăiată felii. Se amestecă totul și se lasă să stea 7—8 ore. Se scot apoi bucățile de iepure, se taie mai mici, se prăjesc și se pun într-o cratiță acoperită. În aceeași grăsime se prăjesc zarzavaturile în care s-a marinat iepurele, se adaugă făina și după ce s-a rumenit se sting cu zeama de la marinată amestecată cu 1 pahar de vin și două pahare de apă. După ce a dat cîteva clocote se toarnă peste iepurele prăjit, se adaugă costița și coniacul și se lasă să fiarbă acoperit la foc domol. Dacă sosul scade și carnea nu este încă fiartă se adaugă vin. Separat se rumenește ceapa întreagă sau tăiată în două sau în patru, se adaugă sare, piper, puțin vin și puțin sos de la iepure.

Măslinele se pun în apă caldă să dea cîteva clocote. Apoi se strecoară, se pun într-o cratiță cu 2-3 linguri de apă și sos de la iepure, lăsîndu-le să fiarbă la foc domol.

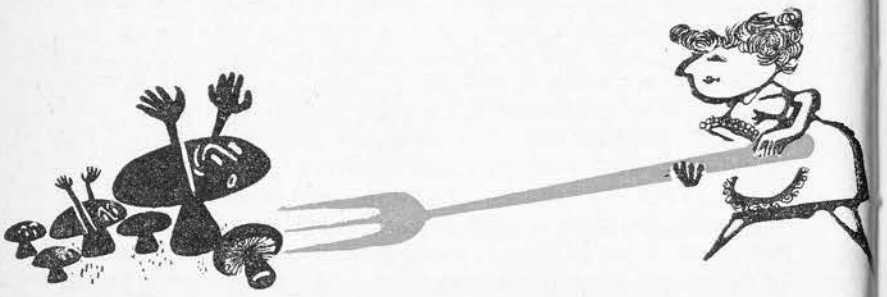
Cînd totul este gata se așază iepurele pe o farfurie mare și se garnisește cu ceapă, măsline și costiță, iar pe lîngă ceapă se pun căței de usturoi curățat și deasupra se toarnă sosul strecurat. Pe deasupra iepurelui și pe marginea farfuriei se așază felii de lămîie.

Iepure cu smîntînă. 1 kg carne de iepure, 100 g slănină, 150 g ulei, 2 pahare de smîntînă, 2 pahare oțet, 1 lingură făină, sare, piper.

Se spală bine carnea în cîteva ape și se pune la marinat cu apă și oțet. După 7—8 ore se scoate carnea, se zvîntă, se împănează cu slănină, se presară cu sare și piper, se bate în

făină și se frige la cuptor în ulei pînă se rumenește bine. Se taie apoi carnea în bucăți potrivite, se pun într-o cratiță și se pune peste ea un sos de smîntînă strecurat. Sosul se prepară în uleiul în care s-a fript iepurele cu făina, cu puțină apă clocotită și smîntînă.

Iepure cu ciuperci. 1 iepure, 100 g untură, 1 ceapă, $1^1/_2$ lingură făină, 1 pahar apă, $^1/_2$ pahar vin, 500 g ciuperci, 2 linguri smîntînă, sare, puțin ulei, oțet, foaie de dafin, vin alb, ceapă tăiată mărunt.



Se curăță iepurele și se pune la marinat cu ulei, oțet, dafin, vin și ceapă, unde se lasă 4—5 ore. Se prăjesc apoi bucățile de carne în untură, se adaugă o ceapă tăiată mărunt și apoi făina. Cînd totul s-a rumenit se adaugă sosul de la marinată și se amestecă bine. Se adaugă apă și vin și se lasă să fiarbă încet, acoperit, pînă scade sosul.

Se curăță ciupercile și se spală bine, se taie în felii și se opăresc puțin. Se scurg de apă și se pun peste iepure și se lasă să fiarbă puțin împreună. La sfîrșit se adaugă smîntîna.

Iepure fript. 1 iepure, 100 g slănină, 1 căpățînă de usturoi, 2 linguri untură, 1/2 pahar vin alb, sare.

Se curăță bine iepurele, se șterge cu un șervet; se sărează și se împănează cu slănină afumată și usturoi (cine dorește) și se unge cu ulei. Se așază apoi iepurele într-o tavă cu untură încinsă, se toarnă vin alb și se dă la cuptor la foc potrivit. Se toarnă cît mai des sos din tavă peste friptură. Cînd este gata se scoate friptura și se servește cu sosul ei strecurat.

PREPARATE DIN CARNE DE PORC PROASPĂT TĂIAT

Șuncă. Se scoate osul din pulpă, cu grijă ca să nu se ciopîrțească carnea și se taie cîte puțin din margine ca să capete o formă rotundă. Se așază șuncile într-un vas. Se fierb separat 1 l apă cu $^1/_2$ l țuică, 200 g boabe de ienibahar, 2 linguri de piper boabe, foi de dafin, usturoi, ceapă, $^1/_2$ kg sare și 70 g silitră, se lasă să se răcorească și se toarnă peste șunci. Se pune un teasc cu o greutate deasupra ca să fie carnea acoperită. Se ține astfel 10 zile, întorcînd-o din două în două zile. Se scot șuncile din vas și se atîrnă într-o cameră bine aerisită, nu prea rece, ca să se usuce bine. Se pune apoi la fum.

Se păstrează bine într-un săculeț de pînză deasă în care se pune un strat de fîn tăiat mărunt, gros de 3—4 degete. Se îndeasă fîn de jur împrejur și se pune și deasupra, astfel ca șunca să fie învelită peste tot cu un strat gros de fîn. În felul acesta șunca ține multă vreme, păstrîndu-și gustul și frăgezimea.

Slănină. Se taie slănina în șuvițe potrivit de late și de lungi, se așază într-o albie și se presară cu multă sare. Se acoperă albia și se ține 10 zile întorcînd slănina din două în două zile. Se scoate apoi slănina de la sare, se scutură bine, se unge cu mujdei de usturoi și se presară cu multă boia de ardei. Se atîrnă la uscat într-o cameră bine aerisită și nu prea rece. După ce s-a uscat slănina se pune la fum.

Vara, în lipsă de răcitor se păstrează în cenușă așezată astfel: se pune într-o ladă un strat de cenușă gros de 2 degete peste care se așterne o hîrtie de ziar. Se învelește slănina în pînză și se pune pe hîrtie. Deasupra se așterne o altă hîrtie de ziar peste care se toarnă un alt strat de cenușă. Rîndurile se repetă. Se așază lada într-un loc uscat și răcoros.

Cîrnați. La 5 kg carne de porc se adaugă 2 kg carne de vacă și se dă prin mașină. Se pun bucățele mici de slănină crudă, se adaugă sare, piper, ienibahar pisat și zeamă de mujdei de usturoi. Se amestecă totul bine și dacă compoziția este prea vîrtoasă se mai adaugă zeamă de carne. Se umplu apoi intestinele curățate cu ajutorul unei pîlnii sau al unei mașini speciale. Se pun la zvîntat cîteva zile, apoi la fum sau se consumă proaspeți.

Tobă. Se fierb cu apă rece, urechile, bucăți de șorici, limbă, inimă și rinichi împreună cu foi de dafin și sare. După ce s-au răcorit se taie în feliuțe subțiri, iar limba și rinichii în bucăți ceva mai mari. Se amestecă după dorință cu sînge păstrat de la tăierea porcului, se adaugă sare, piper pisat, coriandru, după gust. Se umple apoi stomacul de porc, așezînd bucățile mai mari în lung ca să iasă felii frumoase cînd se taie toba. Se coase la capete și se fierbe în clocote mici cam 3/4 oră în zeama ce a rămas de la început sau în apă. Cînd este gata se așază pe un fund cu un teasc deasupra care se ține pînă se răcește. Se poate da apoi cîteva ore la fum.

Cartaboși. Se fierb inima, plămînul, splina și carne de la git. După ce s-a răcorit se trec prin mașina de tocat, se adaugă $^1/_2$ kg orez fiert, sare, piper, ienibahar, maghiran și ceapă prăjită, după gust. Se amestecă totul și se umplu cartaboșii. Se fierb apoi 10 minute în clocote mici în zeama în care au fiert măruntaiele. Se așază pe o farfurie și se lasă să se răcească.

Lebervurști. Se fierbe ficatul nu prea tare, în clocote mici, împreună cu tot atîta carne de la git. Cînd s-a răcorit se trece prin mașină și apoi se freacă bine pînă devine ca o pastă. Se adaugă pătrățele de slănină puțin fiartă și zeamă de carne (în care a fiert ficatul), sare, piper și nucușoară pisată. Se umple intestinul, se leagă la capete și se înțeapă în cîteva locuri. Se fierb puțin în apă fierbinte. După ce se răcoresc se păstrează la rece.

PREPARAREA ȘI CONSERVAREA PRODUSELOR LACTATE

Colostrul este primul lapte ce se mulge după nașterea vițelului. Fiert cu sare este foarte gustos, iar fiert mai mult și strecurat dă o brînză bună, dulceagă.

Laptele acru. Se fierbe laptele dulce, se lasă puțin de o parte și se amestecă cu o cantitate de chișleag sau cu puțin lapte acru. Se vîntură bine și se așază în putini de brad, unde cu timpul laptele se prinde. Laptele acru se poate păstra și pe iarnă.

Iaurtul. Se fierbe bine 1 l lapte dulce și se lasă puțin să se răcorească. Separat se freacă bine 2-3 linguri de smîntînă la care se adaugă cîte puțin lapte fiert. Se vîntură de 3-4 ori în alt vas, pînă se răcește. Se pune apoi în pahare sau în castronele și se țin la loc călduț pînă se prinde. După aceea se pune la răcoare.

Pentru copii se adaugă și cîte un gălbenuș de ou pentru fiecare castronel.

Smîntîna. Se pune laptele dulce, nefiert, la prins în oale de pămînt. Se țin 2-3 zile la o temperatură potrivită. După ce s-a închegat se smîntînește. Ceea ce rămîne în oală este chișleag.

Brînza de vaci. Oala cu chișleag se pune pe lîngă sobă ca să se încălzească puțin. Vara căldura soarelui este suficientă. Cînd brînza se alege de zer, se varsă totul într-un săculeț de tifon și se pune la scurs.

Brînza făcută din lapte smîntînit se numește brînză slabă sau brînză dietetică, iar brînza făcută din lapte nesmîntînit se numește brînză grasă.

Brînza de vaci făcută pentru iarnă se răscoace mai mult și se pune la putină unde se acoperă cu o cîrpă înmuiată în saramură și stoarsă bine, iar deasupra se pune un strat de pămînt gros de două degete. Se înfundă putina și se ține la loc uscat, răcoros și puțin luminat.

Zerul scurs de la brînză este foarte bogat în substanțe hrănitoare ca: zahăr, albumină, grăsime și săruri minerale. Dacă zerul se fierbe, se depun albuminele la fund și formează urda. Zerul fiert sau nefiert se folosește la prepararea borșului de carne, de zarzavat și mai ales de fasole verde.

Untul. Se adună smîntînă se pune în putinei cu puțină apă călduță și se bate bine cu bățul special al putineiului. După $^1/_2$ oră de bătaie se adună untul deasupra, se strînge și se pune într-un vas cu apă.

În lipsa putineiului se poate folosi o sticlă, care se umple pe trei sferturi cu smîntînă, se astupă și se bate bine. După $^1/_2$ oră untul se strînge deasupra sticlei.

Un unt bun are culoarea gălbuie pe care și-o păstrează. Tăiat în bucăți nu trebuie să prezinte picături de apă pe suprafața lui. Topit, face spumă, nu lasă nici un depozit la fundul vasului și răspîndește miros plăcut.

Untul se conservă proaspăt, sărat și topit.

— Proaspăt se păstrează dacă se scurge bine de apă frecîndu-l bine cu o lingură de lemn. Se așază într-un borcan bine înfundat, acoperit cu o cîrpă udă pe care se pune un pumn de sare. Se acoperă cu o hîrtie.

Pentru timp mai îndelungat untul se păstrează în ulcele mici bine bătut, iar deasupra se toarnă saramură. Se acoperă și se pune la păstrare.

— Sărat se păstrează 5—6 luni. Untul se scurge bine de apă, se amestecă cu sare (75 g sare la 1 kg unt) se așază în ulcele mici și se bate bine. Deasupra se pune un pumn de sare grunjoasă și se acoperă cu un capac. După 2-3 zile se controlează dacă sarea s-a topit (se topește în lichidul absorbit din unt). Dacă nu s-a topit (cînd untul nu conține apă) se adaugă o lingură de apă (Saramura împiedică rîncezirea untului). Se acoperă oala cu o cîrpă și se pune la loc răcoros.

Topit, untul se păstrează mult timp. Se pune untul la topit, se curăță de spumă și apoi se scurge ușor într-un borcan, avînd grijă să nu treacă resturile depuse pe fundul vasului. Se adaugă o linguriță de sare măruntă la fiecare borcan, se acoperă și se păstrează la un loc uscat, răcoros și ferit de lumina soarelui. Expus la soare untul capătă culoare albicioasă și gust de seu.

Trebuie ținut seamă că untul împrumută repede mirosurile tari. De aceea nu trebuie ținut în apropierea gazului sau a peștelui.

DULCIURI

Dulciurile se prepară într-o varietate nesfîrșită de prăjituri, creme torturi, budinci etc. Prin diverse combinații în care imaginația gospodinei are un rol hotărîtor se pot obține rețete noi de dulciuri diferite, economice și gustoase.

PREPARATE DIN ALUAT DOSPIT

Cozonacii: 1 kg făină, 50 g drojdie, 250 g zahăr, 6 ouă, 3 linguri ulei, 1 pahar unt sau margarină topită, 1/2 l lapte, 1 linguriță rom, 1 linguriță rasă de sare, 1/2 baton vanilie, coajă de lămîie și de portocală, 2 bucăți zahăr presărat, sau pentru uns.

Se ține făina la loc cald, iar cu 4—5 ore înainte de a se prepara se freacă gălbenușurile cu sare și zahăr și se țin la căldură. Separat se prepară maiaua astfel: se dizolvă drojdia în 1/2 pahar lapte, se bate apoi cu două linguri de zahăr și

una de făină și se lasă la crescut la loc cald. După ce drojdia a crescut se începe frămîntatul. Se face o gropiță în făina așezată într-un vas încăpător și se toarnă gălbenușurile amestecate cu două albușuri și maiaua, toate calde, romul, vanilia tăiată bucăți, coajă de lămîie și de portocale rasă și se amestecă totul cu o furculiță. Se toarnă apoi încetul cu încetul laptele călduț și se începe frămîntatul cu mîna.

Se frămîntă fără să se rupă coca, împăturîndu-i marginile spre mijloc. În momentul cînd compoziția a devenit alipioasă se începe adăugarea grăsimii — călduțe — pusă cîte puțin pînă ce se termină toată cantitatea care trebuie pusă în cel puțin 1/2 oră.

Cînd s-a terminat frămîntatul se așază vasul acoperit la cald. O cocă reușită crește în circa 4 ore. Coca crescută se așază în forme unse, pregătită astfel: se iau bucăți de cocă care, după apreciere, ar umple forma cam ceva mai mult de jumătate. Se lucrează cu planșeta și cu mîinile unse cu grăsime. Se întinde coca cît lungimea formei, se unge cu unt sau cu ulei și se rulează. Rulourile se pot împleti în două sau în trei, și în acest caz vor fi subțiri, iar dacă rămîne un singur rulou se face mai gros. Se fac rulouri subțiri și atunci cînd cozonacul se umple cu nuci, rahat, cacao etc.

Coca crescută în forme se unge cu ou bătut, se presară pe deasupra cu zahăr tos sau cu bucățele mici de zahăr. Se pot adăuga și bucăți de miez de nucă.

Se coc la început la foc domol, iar după 1/4 oră la un foc potrivit. Se încearcă des ca să nu stea mai mult de 3/4 oră în cuptor, deoarece coca se roșește.

Cozonaci moldovenești: 1 kg făină, 50 g drojdie, 1 pahar mare de lapte, 250 g ulei, 50 g unt topit, 8 ouă, 300 g zahăr, 2 linguri rom, 2 linguri smîntînă, 1 linguriță sare, 1 baton vanilie, coajă de lămîie rasă, 100 g stafide, 1 ou pentru uns, puțin zahăr pentru presărat.

Din făina cernută se prepară mai întîi maiaua. O parte din făină se opărește cu 3/4 pahar de lapte clocotit, se amestecă bine pînă se răcește, se adaugă drojdia dizolvată în restul de lapte ușor călduț. Se amestecă bine și se lasă să crească. În timp ce maiaua crește se bat gălbenușurile pe marginea mașinii și se amestecă cu sare și zahăr pînă ce acestea se topesc, fără să se încălzească prea tare compoziția. Se adaugă

apoi 2 linguri ulei, rom, smîntînă, vanilie tăiată bucăți, stafide și coaja de lămîie. După ce se amestecă bine se adaugă albușurile bătute spumă și se toarnă totul peste maiaua crescută. Se amestecă ușor cu restul de făină și se începe frămîntatul care durează cam 1/2 oră pînă ce coca nu se mai lipește de mîini. Se începe încorporatul uleiului amestecat cu untul călduț. Se netezește la sfîrșit coca, se acoperă vasul și se lasă să crească.

În rest se procedează ca și la cozonacii descriși mai înainte. Din aluat de cozonac se pot prepara plăcinte cu brînză, cu mere, cu cremă, cu fructe, cu nuci, cu gem, savarine, gogoși etc.

Gogoși umplute. Aluat de cozonac, dulceață de vișine, 1/2 l ulei.

Se întinde o foaie și se taie rotocoale cu paharul de apă. Se așază cîteva boabe de dulceață de vișine la mijloc și se acoperă cu alt rotocol, presînd bine marginile. Se fierb în grăsime multă, bine încinsă, pînă se rumenesc.

PREPARATE DIN ALUAT FRAGED

Aluat fraged se obține din: 200 g osînză proaspătă, 2 linguri smîntînă, 2 gălbenușuri, 2 linguri vin, 1/2 linguriță sare, 300 g făină.

Se prepară o cocă din 200 g făină, gălbenușuri ou, smîntînă și sare. Se întinde o foaie. Din osînza trecută prin mașina de tocat și restul de făină se prepară o a doua cocă și se întinde o foaie care se așază peste prima. Se împăturește apoi în lung și în lat și se lasă să stea la rece cîte 1/2 oră de fiecare dată. Operația se repetă de 3-4 ori. Se taie cu cuțitul încălzit. Acest aluat are aceleași întrebuințări ca și aluatul franțuzesc.

Cornulețe. Aluat fraged, umplutură de mere, nucă, marmeladă sau rahat, o ceșcuță de ulei.

Se întinde o foaie, se taie pătrate cam de 15 cm și din fiecare pătrat se taie două triunghiuri. Se pune umplutura la mijloc, se întorc colțurile, se rulează și se dă forma de cornuleț. Se ung cu ulei și se coc într-o tavă ușor unsă.

Plăcintă cu cremă. Aluat fraged, cremă de vanilie, 1 ou, zahăr pudră.

Se împarte aluatul în două, se întinde o foaie de 1/2 cm și se așază într-o tavă puțin unsă. Se toarnă deasupra o cremă de vanilie mai legată și se acoperă cu o foaie făcută

din restul de aluat și care trebuie să fie puțin mai mare ca să fie ușor încrețită. Se lipesc bine marginile unse cu albuș bătut, iar suprafața se unge cu gălbenuș. Se coace în cuptor potrivit. Cînd s-a rumenit se scoate din tavă alunecînd-o pe un fund de lemn, se taie în bucăți și se pudrează cu zahăr farin.

Pateuri. Aluat fraged, umplutură de carne sau brînză, 1 ou. Se întinde o foaie și se taie rotocoale cu paharul de apă. Se ung cu ou, sau în lipsă cu apă, se lipesc două rotocoale fără să se atingă marginile exterioare, iar la al treilea rotocol se scoate din mijloc un rotocol mai mic cu un pahar de lichior. După ce s-au copt se pune umplutura de carne sau de brînză în locul gol. Se coc la foc potrivit.

Saleuri. Aluat fraged, 1 ou, sare, chimen sau cașcaval, susan sau mac.

Se întinde o foaie de 1/2 cm grosime, se taie fîșiuțe de 1 cm lățime și 10 cm lungime. Se ung cu ou, se presară cu sare mai mare, chimen, mac, sau cașcaval. Se coc în tavă.

La fel se pot prepara bastonașe dulci, presărate cu zahăr și migdale tăiate.

PREPARATE DIN FOI DE PLĂCINTĂ

Foile de plăcintă se pot procura din comerț gata făcute sau se pot face în casă după următoarea rețetă: 500 g făină, 1 ceșcuță ulei, 1 linguriță sare, 1 ceașcă de apă caldă.

Se pune făina pe planșetă în formă de movilă și se face o gropiță în care se toarnă uleiul și o ceașcă de apă caldă în care s-a topit sarea. Se amestecă cu furculița pînă începe să se lege, apoi se frămîntă cu mîna pînă se adună toată făina, adăugînd după nevoie apă călduță pentru a se obține un aluat cît mai moale. La început aluatul se lipește de mîini și de planșetă, însă după $^1/_2$ oră de frămîntare și bătut nu se mai lipește. Se împarte în bucăți care se ung ușor cu ulei, se acoperă cu o tavă caldă și se lasă să se odihnească $^1/_2$ oră. Se ia fiecare turtiță în parte și pe o masă acoperită cu o pînză curată se întinde foaia, trăgînd ușor și cu grijă de margini de jur împrejur, pînă se obține o foaie subțire ca foița de țigară. Se lasă să se usuce cîteva minute. Se taie marginea groasă cu o foarfecă.

Aceste foi se întrebuințează atît la plăcinte cît și pentru ștrudele.

Baclava. 1/4 kg foi de plăcintă, 350 g nuci, 250 g ulei, 500 g zahăr, vanilie.

Se unge o tavă cu ulei, se așază 3—4 rînduri de foi de plăcintă, fiecare unse cu ulei, apoi peste ele se presară nuci curățate și pisate, amestecate cu 100 g zahăr. Se acoperă cu restul de foi unse fiecare, ca și primele și apoi se taie cu un cuțit uns cu ulei fierbinte. După ce baclavaua s-a rumenit, se opărește cu sirop fierbinte preparat din 400 g zahăr, vanilie și 2 pahare apă.

Sarailie. Se fac foi de ștrudel, se stropesc cu ulei și se presară cu nucă pisată. Se înfășoară apoi foaia pe o vergea subțire și înainte de a scoate vergeaua se împing cele două capete ale aluatului spre mijloc. În felul acesta foaia se încrețește și ruloul se scurtează. Se scoate vergeaua și se face alt rulou. După ce s-au făcut mai multe rulouri se aranjează într-o tavă, iar după ce s-au copt se stropesc cu sirop pînă se îmbibă bine.

Plăcintă cu brînză. 250 g foi de plăcintă, 500 g brînză grasă de vacă, 100 g stafide, 150 g zahăr, vanilie, 100 g griș, 1 ceașcă de lapte, sare, zahăr pudră, ulei, 3 ouă.

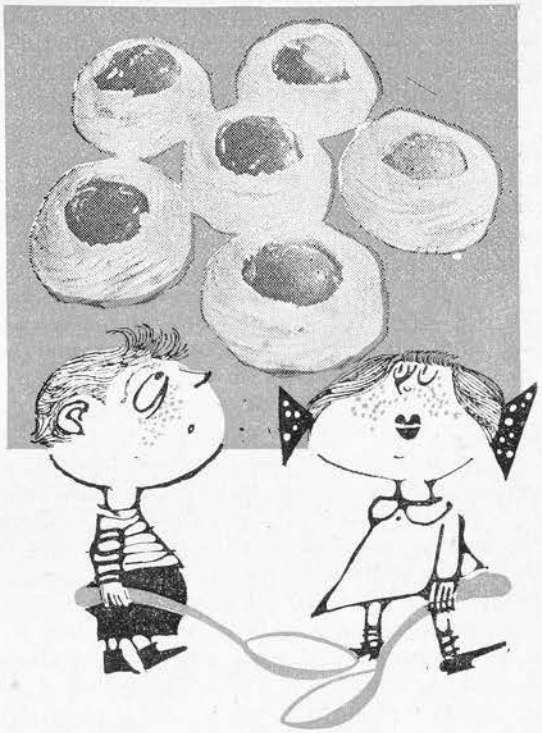
Se freacă brînza cu ouăle, adăugate treptat, cu sare, zahăr, grișul fiert în lapte, stafide și vanilie.

Se întind într-o tavă 3—4 rînduri de foi stropite fiecare cu ulei, iar deasupra se așază un strat gros din compoziția preparată cu brînza și se acoperă cu alte rînduri de foi, stropite și ele cu ulei. Se taie plăcinta în pătrate și se dă la cuptor la foc potrivit. Cînd este rumenă se scoate, se taie din nou pe primele urme și după ce s-a răcit puțin se scoate din tavă, se așază pe farfurie și se pudrează cu zahăr.

PREPARATE DIN PRODUSE FĂINOASE

Cataif cu frișcă. 500 g tăiței cu ou, 250 g zahăr, 3/4 kg frișcă, unt, sirop. Se rumenesc tăițeii într-o tigaie cu unt încins. Se așază într-o tavă în strat egal, se acoperă cu un sirop și se țin în cuptor pînă se absoarbe tot siropul.

Se așază stratul de cataif pe un platou pătrat și se taie în pătrate. Se întinde un strat de frișcă de 5 cm înălțime peste foaie și se acoperă cu cealaltă, păstrînd ordinea în care au fost tăiate. Fiecare pătrat se garnisește cu un moț de frișcă și se dă la rece.



Frișca se mai poate amesteca cu fructe ca: fragi, căpșuni, zmeură etc.

Savarină de griș. 4 ouă, 2 linguri zahăr, 1 pahar griș, 1 litru lapte, vanilie, 25 g unt, sirop de fructe.

Se freacă gălbenușurile cu zahărul, se adaugă grișul presărat și albușurile bătute spumă. Dacă compoziția este prea tare se adaugă puțin lapte. Se coace într-o formă unsă cu unt și tapetată cu griș, la foc mic. Cînd este coaptă se opărește cu laptele clocotit, în care s-a pus vanilia. Se servește cu sirop de fructe.

Prăjitură cu fidea. 250 g fidea, 150 g unt, 250 g zahăr 150 g nuci, vanilie, 500 g zahăr pudră.

Fideaua se rumenește 10 minute în 100 g unt, se așază într-o tavă și se toarnă deasupra restul de unt. Se dă la cup-

tor unde se coace bine. Se scoate, se toarnă un sirop fierbinte preparat din zahăr, vanilie și două pahare de apă și se dă din nou la cuptor pînă absoarbe siropul. Se adaugă pe jumătate din suprafață nucile măcinate și amestecate cu zahăr pudră. Se taie prăjitura în două, se acoperă nucile cu jumătatea a doua. Se taie din nou prăjitura în pătrate și se așază pe o farfurie. Se servește rece.

Griș cu mere. 125 g orez, $^1/_2$ litru lapte, $^1/_2$ kg mere, 3 linguri zahăr, 50 g unt, $^1/_2$ linguriță scorțișoară, sare, 1 lingură pesmet.

Se dau merele prin răzătoarea mare și se amestecă cu scorțișoară și zahăr. Se fierbe orezul cu $^1/_2$ litru lapte și cu puțină sare. Se amestecă orezul fiert cu merele și se coace într-o formă unsă cu unt și presărată cu pesmet, adăugînd deasupra restul de unt. Se dă la cuptor la foc potrivit.

BUDINCI

Budincă de orez. 1 pahar orez, 2 pahare lapte, 2 ouă, 3 linguri zahăr, 50 g stafide, 25 g unt, sirop de fructe, sare.

Orezul se fierbe pe jumătate în apă clocotită, se scurge și se adaugă laptele fierbinte, sare după nevoie. Se fierbe amestecînd mereu. Cînd orezul este fiert se adaugă zahărul, ouăle și stafidele. Se pune compoziția într-o formă unsă cu unt și tapetată cu pesmet și se dă la cuptor.

Se servește cu sirop de fructe.

Budincă de pișcoturi. 150 g de pișcoturi, 100 g stafide, o bucățică de unt, fructe din dulceață, cremă ($^1/_2$ l lapte, 120 g zahăr vanilat, 4 ouă) și sirop (200 g zahăr tos).

Într-o formă rotundă de tablă cu pereții drepți, bine unsă cu unt, se pun pișcoturile așezate în rînduri încrucișate, iar între rînduri se pun stafidele și fructele tăiate în bucăți mici. Ultimul rînd de pișcoturi trebuie să fie ceva mai jos decît marginea formei.

Separat se face crema de vanilie punînd laptele, vanilia și zahărul pe marginea plitei pînă se topește zahărul. Într-un castron se amestecă bine 2 ouă întregi și 2 gălbenușuri fără să fie bătute spumă. Se toarnă încet laptele peste ouă, amestecînd mereu. Se strecoară și se toarnă ușor peste pișcoturile din formă. După 10 minute se acoperă forma și se pune să fiarbă la cuptor în baie de apă.

Cînd e gata se lasă să se răcorească în formă, apoi se răstoarnă și se servește cald cu sirop de zahăr ars.

Siropul: se arde zahărul și se stinge cu un pahar de apă fierbinte. După 2—3 clocote siropul este gata.

Budincă de cozonac. 300 g cozonac uscat, 2 linguri de rom, 150 g unt, 5 ouă, 100 g zahăr, vanilie, 100 g stafide, 4 linguri de marmeladă de caise, puțină scorțișoară, sirop de fructe.

Se pisează cozonacul ca pesmetul și se amestecă cu romul. Se freacă untul cu gălbenușurile, vanilia și zahărul. Se adaugă cozonacul, stafidele, marmelada, scorțișoara și albușurile bătute spumă. Se toarnă compoziția într-o formă unsă și presărată cu făină și se fierbe o oră și un sfert în baie de apă. Se servește cu sirop de fructe.

Budincă de smîntînă. 2 cești de smîntînă, 6 ouă, 100 g zahăr, vanilie, 4 linguri de făină, un praf de sare, coajă de lămîie, sirop de fructe.

Se freacă gălbenușurile cu zahărul și vanilia. Se amestecă totul bine și se adaugă albușurile bătute spumă. Se unge o formă cu unt, se presară cu pesmet, se toarnă compoziția, se acoperă și se coace o oră la cuptor în baie de apă. Se servește cu sirop de fructe.

Budincă de griș cu vin. 100 g griș, 250 g vin alb, 200 g apă, 150 g zahăr, vanilie, 3 ouă, 1 linguriță zahăr, o bucățică de unt, sirop de fructe.

Se pune la fiert apa cu vinul, zahărul și vanilia. Cînd dă în clocot se adaugă grișul presărat și se amestecă mereu pînă fierbe. Se ia de pe foc, se adaugă gălbenușurile pe rînd cîte unul amestecînd mereu, apoi albușurile bătute spumă. Se toarnă compoziția într-o formă unsă cu unt și presărată cu zahăr tos. Se acoperă bine forma și se fierbe în baie de apă, cam 3/4 oră. Se servește cu sirop de fructe.

Budincă de griș cu cacao. 4 linguri de griș, 1/2 l lapte, 150 g zahăr, vanilie, 50 g stafide, 50 g unt, 6 ouă, 30 g cacao.

Se pune laptele la fiert, se adaugă zahăr vanilie și stafidele spălate. Se toarnă apoi grișul presărat încet, amestecînd mereu. În timp ce fierbe grișul se adaugă untul frecat cu cacao. Cînd grișul a devenit gros ca o mămăliguță, se ia vasul de pe foc și se lasă să se răcorească. Se adaugă apoi pe rînd ouăle amestecînd mereu. Se toarnă apoi într-o formă unsă și se coace la cuptor în baie de apă. Cînd este gata se răstoarnă pe o farfurie și se servește cu sirop de dulceață.

Budincă de mălai dulce. 3 cești de mălai, 1 ceașcă de făină albă, 4 linguri de zahăr, 4 linguri de ulei, 1/2 linguriță de sare, 1 sifon, un vîrf de cuțit de bicarbonat, ulei și făină pentru formă, zahăr pudră vanilat.

Mălaiul, făina, zahărul, sarea, bicarbonatul și uleiul, se pun într-un castron. Se amestecă cu lingura, adăugînd cîte puțin sifon. După ce s-a pus tot sifonul se lasă să se odihnească 10—15 minute, apoi se amestecă din nou și se pune compoziția într-o tavă unsă cu ulei și presărată cu făină. Se coace la cuptor la foc potrivit.

În compoziție se pot amesteca fructe din dulceață sau bucățele de rahat.

Se servește tăiată în bucăți presărate cu zahăr vanilat.

Budincă de franzelă cu suc de struguri. 1 kg struguri, 8 felii franzelă veche, 4 linguri de zahăr, 6 ouă, 100 g nuci pisate, 50 g biscuiți, 100 g unt, 50 g stafide.

Se moaie pîinea în zeamă de struguri. Compoziția nu trebuie să fie prea moale. Separat se freacă gălbenușurile cu zahărul se amestecă cu stafidele și nucile pisate, biscuiții rași și două linguri de unt topit. Se încorporează pîinea muiată și se adaugă albușurile bătute spumă. Se coace o oră într-o formă unsă cu unt și tapetată cu făină. Înainte de a o răsturna, forma se poate răci în apă.

CREME

Cremă de lapte. 3 pahare lapte, 1/2 pahar zahăr, 2 linguri amidon, vanilie, coajă de lămîie sau de portocală.

Se fierbe laptele cu zahăr, amidonul se amestecă cu lapte rece și se toarnă în laptele clocotit, amestecînd mereu. Se lasă să mai dea cîteva clocote la foc mic, amestecînd neîncetat ca să nu se prindă pe fundul vasului. Cînd este încă cald se adaugă vanilia sau coaja de lămîie și apoi se toarnă în cești sau pahare. Se dau la rece.

Cremă de smîntînă. Se pun 250 g smîntînă într-un castron și se bate cu telul la rece. Cînd smîntîna a devenit spumoasă se îndulcește cu zahăr pudră și se adaugă 2 linguri de rom.

Se servește în cești și se garnisește cu cîte un pișcot.

Cremă de ouă. 4 ouă, 4 linguriță de zahăr, 4 linguriță de rom, biscuiți.

Se freacă gălbenușurile cu zahăr și rom pînă se fac ca o cremă. Se amestecă încet cu albușul bătut spumă. Se toarnă în cești sau în pahare și se servește cu biscuiți.

Cremă de brînză de vacă cu nuci. Se trec prin sită 400 g brînză. Se freacă 2 ouă cu 1 pahar de zahăr pudră, se adaugă 1/4 pahar de lapte, sare, vanilie și se pune pe foc amestecînd mereu pînă se îngroașă. Se dă la o parte, se pun 200 g unt și se amestecă bine. Cînd compoziția este aproape rece se adaugă brînza, 1/2 pahar de smîntînă, 100 g stafide și 50 g nuci pisate. Se amestecă totul bine, se pune într-un șervet, se leagă strîns și se așază sub presă. După 5—6 ore se dezleagă șervetul, se răstoarnă ușor pe o farfurie și se servește tăiată ca un tort.

Cremă de mere. 1 kg mere, 7 foi de gelatină, 1/4 kg frișcă, 3 linguri de zahăr, 1 lămîie.

Se pregătește un pireu de mere cu zahăr. Se adaugă gelatina topită în apă caldă, zeama de la 1/2 lămîie și coaja rasă de la 1 lămîie. Se pune din nou pe foc amestecînd bine 1-2 minute. Se lasă să se răcească 30 minute. Se amestecă cu frișcă și se pune compoziția într-o formă de budincă udată cu puțină apă. Se ține la rece. Înainte de a o servi, se scufundă forma în apă clocotită și imediat se răstoarnă crema pe farfurie.

Crema de cacao. 50 g unt, 2 linguri pline de făină, 3 cești cu lapte rece, 2 linguri de zahăr, 50 g cacao, 100 g frișcă sau gem de portocale.

Se topește untul fără să fie încins. Se adaugă făina pînă ce este toată cuprinsă de unt. Se toarnă o ceașcă de lapte și se bate tot timpul cu telul pe un foc iute, adăugînd zahărul și restul de lapte. Se dă apoi de o parte și se pune cacao ames-

tecînd mereu. Se toarnă în cești sau în castronele. Se garnisește cu cîte un moț de frișcă sau gem de portocale sau de căpșuni.

Cremă de vin. 1/2 vin bun, 100 g zahăr, 1 linguriță de scorțișoară, 6 gălbenușuri.

Se fierbe vinul într-o cratiță cu zahărul și scorțișoara. După ce a fiert se dă la rece. Separat se freacă gălbenușurile, adăugînd puțin cîte puțin vin călduț. Se strecoară crema și se pune în ceșcuțe care se fierb la cuptor în baie de apă.

Cremă de zeamil. 1 l lapte, 6 linguriță zeamil, 4 linguri zahăr, 4 gălbenușuri, vanilie, 100 g frișcă sau smîntînă bătută cu zahăr.

Se fierbe laptele cu zahărul și vanilia. Se desface zeamilul cu puțin lapte rece și se toarnă în laptele fiert. Se fierbe 5 minute amestecînd mereu. Se ia de pe foc, se adaugă gălbenușurile cîte unul și se amestecă bine. Se pune vasul din nou pe foc amestecînd în continuare pînă aproape dă în clocot. Se răstoarnă într-o formă, se răcește și se garnisește cu frișcă.

TORTURI

Tort de biscuiți. 500 g biscuiți, 200 g unt, 200 g zahăr, 1 lingură cacao, 2 linguri rom, 1 pahar de lapte îndulcit, cîteva nuci.

Se face o cremă din unt bine frecat cu zahăr, cacao și rom.

Se înmoaie biscuiții în lapte îndulcit și se așază pe farfurie un rînd de biscuiți, un strat subțire de cremă. Se repetă rîndurile terminînd cu un rînd de biscuiți. Se acoperă tortul cu cremă și se presară nuci pisate.

Biscuiții pot fi înlocuiți cu foile de tort care se găsesc în comerț.

Tort de pișcoturi. 500 g de pișcoturi, 12 gălbenușuri, 2 pahare zahăr vanilat, 1/2 pahar mic cu esență de cafea pregătită din 4 linguri de cafea și 1 baton de vanilie, 400 g unt, 200 g nuci tăiate și prăjite puțin la cuptor, 2 linguri de rom. Se prepară crema: se freacă gălbenușurile cu zahărul și se adaugă încet esența de cafea. Separat se freacă untul în care se adaugă ușor compoziția cu esență de cafea.

Pe o farfurie de tort se așază un rînd de pișcoturi în formă rotundă sau pătrată, după dorință, se stropesc cu rom și se acoperă cu un strat de cremă presărată cu nuci. Se așază iarăși pișcoturi, apoi cremă, repetîndu-le pînă se termină.

Se îmbracă tortul cu un strat de cremă și se presară cu nuci.

Tort brun. 200 g untură, 200 g zahăr pudră, 200 g nuci pisate, 1 linguriță de scorțișoară pisată, 1 linguriță coajă de lămîie rasă, 1 pahar pesmet, 2 albușuri, gem de fructe, cîteva nuci.

Untura se amestecă bine cu zahărul pudră, cu nuci, scorțișoară, coajă lămîie, pesmet și albușurile bătute spumă. Se coace într-o formă de tort la foc potrivit. Se răstoarnă pe o farfurie și se îmbracă cu gem și se presară cu nuci pisate.

Tort fără ou. 3 pahare griș, 1 pahar făină, 1 pahar zahăr, 1 pahar nuci pisate, 2 pahare lapte, 1/2 linguriță praf de copt, 30 g unt, cremă (300 g unt, 50 g cacao, 100 g zahăr, 1/2 pahar apă) și sirop (100 g zahăr, 1 pahar apă, rom).

Se amestecă totul bine în ordinea indicată mai sus și se toarnă într-o formă unsă cu unt. Se coace la foc bun cam 3/4 oră. Se lasă să se răcească și se taie tortul orizontal în 3 bucăți. Blaturile se îmbibă cu sirop și se umplu cu cremă preparată astfel: se face un sirop din 100 g zahăr și 1/2 pahar apă. Se amestecă cu cacao și cînd s-a răcit se toarnă puțin cîte puțin peste untul frecat spumă, amestecînd mereu.

Tort simplu. 325 g unt, 6 ouă, 2 albușuri, 350 g zahăr, rom, coajă de lămîie, zahăr pudră.

Se freacă bine untul cu ouăle întregi și zahărul. Se adaugă rom, coajă de lămîie și albușurile bătute spumă. Se coace o oră la cuptor. Se pudrează fierbinte cu zahăr pudră.

Tort de nuci. 12 ouă, 300 g nuci, 24 linguri zahăr pudră, 2 pachețele de vanilie, 1 lingură făină, 50 g unt, nuci pralinate, cremă (12 linguri zahăr pudră, 150 g cacao, 300 g unt, 2—3 linguri rom, zeama de la 1/2 lămîie).

Se prăjesc nucile și se dau prin mașină. Se bat albușurile spumă, se adaugă treptat două linguri de zahăr pentru fiecare albuș, vanilia, nucile prăjite și măcinate și făina. Se unge o formă cu unt, se tapetează cu hîrtie unsă și se toarnă 1/3 din compoziție. Se coc în felul acesta 3 foi și se lasă să se răcească.

Pentru cremă se dizolvă cacaua în lapte, se freacă untul spumă, se adaugă zahărul pudră, gălbenușurile, zeama de lămîie, cacaua desfăcută în lapte și rom. Se împarte crema în

trei părți, două se pun între foi, iar a treia parte deasupra. Se garnisește cu nuci pralinate care se obțin astfel: se ard 2 linguri zahăr cu 50 g nuci. Se răcesc, se sfărîmă cu vergeaua.

ÎNGHEȚATE

Înghețatele se pot prepara din fructe sau din lapte și ouă cu diverse adaosuri. Se pot îngheța în casetele de gheață ale frigiderului sau în mașini speciale pentru înghețare.

Dacă se folosește mașina specială se pune compoziția bine răcită în șerbetiera mașinii și se pune capacul. Se așază și se îndeasă împrejur un amestec de gheață și sare și se potrivește manivela.

Se amestecă 300 g sare la 1 kg de gheață spartă în bucăți mici. Sînt necesare 3—5 kg de gheață la 1 l de compoziție. Deasupra gheții se presară un strat gros de sare.

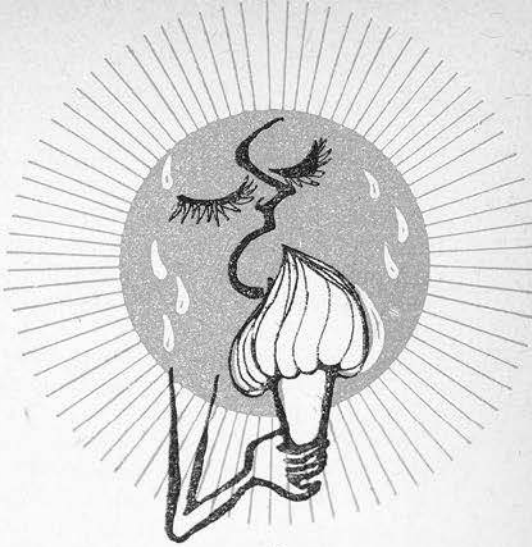
Se învîrtește manivela cam 1/2 oră pînă începe să meargă greu. Se ridică capacul șerbetierei, se dezlipește cu un cuțit înghețata de pe marginile șerbetierei și se dă spre mijloc. Se acoperă cu un capac de hîrtie peste care se pune capacul șerbetierei. Se scurge apa din mașină, se completează gheața amestecată cu sare și se acoperă mașina cu o pătură groasă de lînă. După 2—3 ore se poate servi. Dacă se îngheață la frigider se adaugă în compoziție frișcă, iaurt sau lapte praf. Se răstoarnă înghețata, înmuind caseta sau șerbetiera pentru 1—2 minute în apă fierbinte. Se poate scoate și cu o lingură.

Înghețatele se servesc simple sau cu pesmeciori fini sau cu frișcă.

Înghețată de suc de fructe. 1/2 kg zahăr, 1/2 kg fructe de sezon, cu diverse adaosuri, însă modul de preparare este același, adică: se amestecă 1 l apă cu sucul sau pulpa de fructe într-un vas. Se strecoară bine prin sită, zdrobind fructul cu o lingură de lemn. Se adaugă zahărul și se pune pe foc cîteva minute pînă se topește zahărul. Se lasă să se răcească și se pune la înghețat.

Înghețată din lapte și ouă. 1 l lapte, 350 g zahăr, 8 ouă, o esență oarecare (cafea, cacao, vanilie, ciocolată, zahăr ars etc.), 1 lingură amidon.

Se desface amidonul cu puțin lapte, se adaugă zahărul și esența dorită și se fierbe. Se ia de pe foc și se răstoarnă cîte puțin peste ouăle bătute într-un castron. Se pune din nou la foc mic și se amestecă pînă se îngroașă și lingura rămîne



îmbrăcată. Nu se fierbe. Se strecoară prin sită, se lasă să se răcească și se pune la înghețat.

Recomandările speciale se vor indica la fiecare rețetă în parte.

Înghețată de căpșuni, fragi, caise. 1/2 kg pulpă de fructe, 500 g zahăr, 1/2 lămîie, 1 l apă.

Înghețată de vișine sau de cireșe. 500 g zahăr, 1/2 l zeamă de fructe, 1 lămîie.

Înghețată de zmeură. 350 g zahăr, 1 l apă, 1 kg zmeură, 2 albușuri.

Înghețată de lămîie. 500 g zahăr, 3 lămîi, 1/2 l apă.

Se topește zahărul în apă, se fierbe 2—3 minute, se pune coaja de la o lămîie și după 1/2 oră se adaugă zeama de la toate lămîile. Se pune apoi la înghețat.

Parfe de fructe. 250 g zahăr, 1/2 kg frișcă bătută, 1/2 kg pulpă de fructe de sezon.

După ce se pregătește compoziția se adaugă frișcă înainte de a se pune la înghețat.

Înghețată de vanilie cu fructe. 8 gălbenușuri, 1 baton vanilie, 350 g zahăr, 1 l lapte, 1 linguriță amidon sau zeamil, 100 g fructe proaspete nezemoase (cantalup, pere, banane) sau fructe din dulceață.

Se pregătește înghețata de vanilie, se pune la înghețat și cînd este aproape gata se amestecă cu fructele și se mai ține la înghețat încă 1/4 oră.

Înghețată de zahăr ars. 1 l lapte, 500 g zahăr, 2 gălbenușuri. Se toarnă laptele cald peste gălbenușurile amestecate cu 350 g zahăr. Se pune cratița pe baia de apă ca să se lege compoziția. Restul de zahăr se arde într-o crăticioară și se desface cu două linguri de apă caldă. Se lasă să dea un clocot și se toarnă încet în cratița așezată pe baia de apă, amestecînd mereu compoziția. Se răcește și se pune la înghețat.

Înghețată de ciocolată. 8 gălbenușuri, 1 l lapte, 350 g zahăr, 2 albușuri, 200 g ciocolată.

Parfe de ciocolată. 1/4 l lapte, 4 gălbenușuri, 300 g zahăr, 100 g ciocolată, 1/4 l frișcă bătută.

Se topește ciocolata în lapte fiert și se adaugă zahărul. Se freacă gălbenușurile și se toarnă cîte puțin ciocolata topită în lapte. Se îngroașă compoziția pe baia de apă pînă se îmbracă lingura. Se răcește, se adaugă apoi frișca și se pune la înghețat.

Înghețată cu alune. 1 l lapte, 350 g zahăr, 200 g alune prăjite și sfărîmate, 2 ouă întregi, 5 gălbenușuri, 1 bucățică zahăr ars pentru culoare.

Se prepară înghețata și cînd se pune la răcit se adaugă alunele. După ce s-a răcit se pune la înghețat.

PREPARAREA DULCEȚURILOR

Modul de preparare a dulceților variază în funcție de fructele folosite, întrucît unele cer ca zahărul să fie bine legat, altele mai puțin legat, iar altele se prepară cu zahărul nedizolvat în prealabil.

Buna reușită a dulceților depinde de mai multe condiții și anume:

— să se pregătească în cantități mici (1—1,500 kg). În cantități mari se arde zahărul, dulceața își schimbă culoarea și se face coardă;

— fructele să fie proaspete, nevătămate și bine coapte. Fructele zemoase (cireșe, vișine etc.) nu se culeg după ploaie, nici pe rouă.

Fructele fragile ca: cireșele, vișinele, căpșunele, fragii etc. nu se țin în farfurie, ci întinse pe o tavă pe care am așternut o hîrtie.

— După ce s-au curățat, fructele care se sfărîmă la fiert se țin în apă de var care se prepară astfel: într-un litru de apă se pune o lingură de var stins. Se amestecă, se lasă să se limpezească, se scurge într-un vas și în această apă fructele se țin 3—4 ore, după rețetă.

Zahărul trebuie să fie curat.

La dulcețurile albe e bine să se întrebuințeze zahăr rafinat bucăți, ca siropul să iasă alb, curat.

La dulcețurile roșii (vișine, căpșuni, trandafiri etc.) se folosește zahărul tos. În cazul cînd zahărul nu este suficient de curat se limpezește siropul procedînd astfel: se dizolvă

zahărul în apă fierbinte, în proporție de trei părți apă și patru părți zahăr sau în părți egale după nevoie. Cînd începe să clocotească se stropește siropul cu zeamă de lămîie și se ia vasul de pe foc. Ca să se răcorească se toarnă în sirop 1—2 linguri de apă rece și se strecoară printr-un tifon. Se spală bine vasul și siropul se pune din nou la fiert pentru a se lega.

Vasul în care se fierbe dulceața trebuie să fie foarte curat. De obicei se folosește o tingire specială, care nu se întrebuințează la altceva. Celelalte vase, castroane, linguri, spumiere, cîrpe etc. trebuie să fie curate și bine uscate.

Borcanele trebuie bine spălate cu leșie, bine limpezite cu apă caldă și șterse cu o cîrpă curată și care n-a fost întrebuințată. Borcanele nu trebuie să aibă nici o urmă de grăsime, întrucît aceasta pricinuiește zaharisirea dulceților.

Pentru înlăturarea mirosului ca și pentru buna păstrare a dulceților, borcanele se afumă cu zahăr ars.

La prepararea dulceților se păstrează în general următoarele proporții: 1 kg zahăr, o farfurie adîncă umplută cu fructe curățate, zeama de la 1/2 lămîie, 1—2 prafuri de vanilie.

Prepararea dulceților cuprinde o serie de operațiuni ca:

Legarea zahărului. După ce zahărul s-a dizolvat în apă fierbinte și s-a limpezit dacă a fost nevoie, se pune la fiert la foc iute. Siropul se încearcă dacă este legat, turnînd o picătură într-o ceșcuță cu apă. Dacă se adună la fund și poate fi luată între degete ca o bomboană este gata. În timp ce se încearcă siropul, vasul se trage pe marginea plitei, pentru ca să nu se continue fierberea și să se treacă din legat.

Straturile de sirop zaharisit de pe margine se înlătură dacă se adaugă siropului la fiert o parte din cantitatea de zeamă de lămîie ce urmează să se pună la dulceață, urmînd ca restul să se adauge după ce s-au pus fructele și dulceața e pe jumătate legată.

Adăugarea fructelor. După ce siropul s-a legat se ia vasul de pe plită. Cînd clocotele s-au liniștit se adaugă fructele care se lasă în sirop cam 1/2 oră ca să-și lase toată zeama. Se fierb apoi la foc iute.

Legarea dulceților. După adăugarea fructelor dulceața începe din nou să fiarbă și siropul face băsicuțe dese. După cîteva clocote se trage vasul pe marginea plitei și se încearcă dacă dulceața e legată.

Proba dulcețurilor se face cu o linguriță de metal, întrucît din lingura de lemn boaba de sirop nu cade bine. Se introduce linguriță în dulceață, se ridică apoi în sus, se lasă tot siropul să se prelingă pe vîrful linguriței și cînd mai rămîn 2—3 picături se picură pe o farfurioară. Dacă picătura rămîne ca un bob, fără să se lățească, înseamnă că dulceața este gata.

În timp ce se face proba dulcței, vasul rămîne pe marginea plitei ca să nu fiarbă și astfel să treacă de legat.

Cînd dulceața este aproape legată se adaugă zeama de lămîie iar cînd este gata se pune praful de vanilie. Dacă se folosește baton de vanilie, acesta se taie bucățele și se adaugă o dată cu fructele.

Spumarea dulcețurilor. Cînd dulceața este legată se ia vasul de pe foc, se lasă să se răcorească puțin și apoi cu o linguriță se adună ușor spuma. Nu se spumează dulceața la fiert, întrucît se pierde mult sirop.

Punerea dulcețurilor în borcane. Se grăbește răcirea dulcețurilor acoperind vasul cu o cîrpă udă și bine stoarsă. După cîteva ore, cînd dulceața s-a răcit, iar fructele s-au îmbibat cu sirop se răstoarnă dulceața în borcane. Se leagă cu hîrtie și se păstrează la loc uscat și bine aerisit, fără mirosuri tari împrejur. Hîrtia se înțeapă cu un ac în cîteva locuri.

Dacă dulceața s-ar turna fierbinte în borcane fructele s-ar ridica deasupra, iar siropul ar rămîne limpede la fund.

În borcanul cu dulceață se umblă numai cu linguriță curată și bine uscată, altfel dulceața se zaharisește.

CÎTEVA REȚETE DE DULCEȚURI

Dulceața de caise verzi. 1 kg zahăr, 3 pahare apă, o farfurie adîncă plină cu caise verzi.

Se aleg caise verzi, proaspete și fără sîmburi tari. Se înțeapă de mai multe ori destul de adînc, se spală în apă rece și se pun într-un tifon. Se opăresc apoi scufundîndu-le de 2—3 ori într-un vas cu apă clocotită. Se limpezesc imediat cu apă rece acrită ușor cu sare de lămîie ca fructele să-și păstreze culoarea verde. Se fierb în siropul bine legat.

Cînd dulceața e aproape gata se adaugă lămîia și vanilia.

Tot astfel se prepară și dulceața de prune verzi.

Dulceața de nuci verzi (albe). 1 kg zahăr, 4 pahare apă, 100 nuci, tinere și mici, 1/2 baton vanilie, zeamă de lămîie.

Nucile curățate de coajă se pun în apa rece în care s-a adăugat puțină piatră acră. Se fierb apoi în 5—6 ape clocotite cu puțină piatră acră, cîte 1/4 oră, trecîndu-le dintr-o cratiță în alta gata pregătite cu apă clocotită. Nucile sînt fierte cînd înțepate cu un ac gros, cad jos imediat după ac.

După ce nucile au fost fierte în 5—6 ape, se limpezesc în 3—4 ape reci, schimbînd de fiecare dată apa după 1/4 oră.

Se leagă zahărul cam pe trei sferturi, se trage cratița la o parte și se pun nucile care au fost bine zvîntate și după 10 minute se pune din nou dulceața la fiert. Cînd nucile sînt aproape fierte se adaugă vanilia și lămîia. Cînd dulceața este suficient de legată se ia vasul la o parte, se curăță spuma și se răstoarnă dulceața într-un castron. A doua zi se pune în borcane.

Dulceața de nuci verzi (negre). 1 kg zahăr, 4 pahare apă, 60 nuci, vanilie.

Se pun nucile la fiert pînă se desfac cojile, se scurg și se curăță. Se spală în mai multe ape, pînă se curăță bine de toate nervurile. Se fierb ca și nucile albe în 5—6 ape clocotite, se scurg și se prepară ca și nucile albe.

Dulceața de cireșe amare. 1 kg zahăr, 3 pahare apă, 4 pahare cireșe amare fără sîmburi, 1/2 baton vanilie, puțină sare de lămîie.

Se spală cireșele, se înlătură codițele și se scot sîmburii cu un aparat special (care se găsește în comerț) sau cu un ac, fără a strivi cireșele.

Se leagă bine siropul, se ia vasul de pe foc și se lasă pînă ce clocotele s-au potolit. Apoi se adaugă cireșele. După 1/2 oră dulceața se pune la fiert să se lege. Se curăță mereu spuma care se formează. Cînd dulceața este aproape gata se adaugă vanilia tăiată în bucăți și apoi sarea de lămîie. Cînd este suficient de legată se ia dulceața de pe foc, se scutură cratița între mîini ca să iasă spuma la suprafață. Se curăță spuma, după care să răstoarnă dulceața într-un castron, se acoperă cu un șervet umed. A doua zi, se pune dulceața în borcane. La fel se prepară dulceața de cireșe albe și de vișine.

Dulceața de căpșuni. 1 kg zahăr, 4 pahare apă, o farfurie adîncă plină cu căpșuni curățate și alese, zeamă de lămîie.

Se aleg căpșuni rotunde, nu prea mari, tari și proaspete. Se scot codițele răsucindu-le ușor. Se stropesc cu zeamă de lămîie ca să se întărească și să capete o culoare vie.

Se leagă bine siropul, se trage cratița la o parte și după ce încetează clocotele se pun căpșunile. După 5—10 minute, dulceața se pune la fiert pînă ce se leagă. Cînd este gata, se ia vasul de pe foc, se răstoarnă într-un castron, se acoperă cu un șervet umed, iar a doua zi se pune în borcane.

La fel se prepară și dulceața de fragi, zmeură și mure.

Dulceața de trandafiri. 1 kg zahăr, 4 pahare apă, 150 g foi de trandafiri de dulceață curățate de partea albă, un degetar de sare de lămîie.

Se folosesc foi de trandafir foarte proaspete, se taie cu un foarfece partea albă a petalei și se înlătură. Peste foile de trandafir se presară sare de lămîie fin presată, se amestecă cu mîna și apoi foile se strîng în pumn, ușor, fără să se rupă.

Se pune zahărul în apă, se lasă să se topească apoi se fierbe la foc iute. Foile de trandafir se pun în sirop la primele clocote ale zahărului, pentru ca să aibă timp să fiarbă. Înainte de a le pune se trage cratița la marginea mașinii, foile de trandafir bine stoarse se desfac, iar zeama rămasă de la storsul frunzelor se adaugă ceva mai tîrziu pentru ca la fiert să nu se piardă prea mult din aromă. Se încearcă dulceața și cînd este gata să dă imediat jos de pe foc, se lasă să stea peste noapte într-un castron acoperit cu un șervet umed și a doua zi se pune în borcane.

Dulceața de caise coapte. 1 kg zahăr, 3 pahare apă, 40—60 caise după mărime.

Caisele bine coapte, dar încă tari și sănătoase se curăță de coajă și se pun în apă de var în care se lasă 3—4 ore. Se spală apoi cu apă rece, se scot sîmburii și se zvîntă pe o cîrpă curată. Sîmburii se sparg, se curăță de pieliță, se fierb în apă clocotită, se zvîntă într-o cîrpă și se pun în siropul bine legat o dată cu caisele. După 1/4 oră se pune dulceața la fiert la foc iute. Cînd dulceața e gata se dă la o parte, se ia spuma și se lasă să se răcească. A doua zi se pune în borcane.

Dulceața de prune coapte. 1 kg zahăr, 3 pahare apă, 50—70 prune.

Se curăță prunele de coajă și se pun în apă de var în care se țin 3—4 ore. Prunele se curăță ușor dacă se cufundă un minut în apă clocotită, se scot din apa de var, se clătesc în apă rece, se scot sîmburii și se zvîntă pe o cîrpă. Se leagă bine zahărul la foc, apoi se trage cratița la marginea mașinii. După cîteva minute se pun fructele, iar după 1/2 oră se pune dulceața să fiarbă la foc iute. După ce se leagă se spumează și se lasă să se răcească. A doua zi se pune în borcane.

Dulceața de coacăze (pomușoare). 1 kg zahăr, 4 pahare de apă, o farfurie adîncă plină cu vîrf de coacăze, fără sîmburi, vanilie.

Coacăzele se spală, se curăță de sîmburi și se pun în sirop bine legat. După 1/4 oră se pun la fiert. Dulceața este gata înainte ca siropul să stea bob.

Tot astfel se pregătește dulceața de agrișe.

Dulceața de coarne. 1 kg zahăr, 3 pahare apă, 3/4 kg coarne curățate de sîmburi.

Coarnele se spală, se scot sîmburii și se pun în sirop bine legat. După 10 minute se pun la fiert. Dulceața este gata cînd siropul stă bob. Se parfumează cu vanilie.

Dulceață de gutui. 1 kg zahăr, 4 pahare apă, 1 kg gutui, vanilie.

Se aleg gutui mari, se curăță de coajă și se rad pe o răzătoare cu găurile mari. Se leagă zahărul, se trage cratița pe marginea mașinii și după ce se liniștesc clocotele se pun gutuile. După 10 minute se pune dulceața din nou la fiert, la foc iute. Cînd este aproape gata, se adaugă vanilia. Se încearcă siropul dacă este destul de legat adică stă bob pe farfurie.

Se ia spuma de pe dulceață, se răstoarnă într-un castron curat și foarte uscat. Se acoperă cu un șervet umed, iar a doua zi se pune în borcane și se leagă.

Dulceață de struguri. 1 kg zahăr, 3 pahare apă, o farfurie adîncă plină cu vîrf de boabe de struguri, fără sîmburi, vanilie.

Se aleg boabe de struguri cu nobul mare (coarnă etc.). Se curăță de pieliță și se pune ntr-un tifon ca să se scurgă de zeamă. Se leagă zahărul, se trage cratița pe marginea plitei și după ce se liniștesc clocotele, se pun strugurii. După 1/4 oră se pune dulceața la fiert și cînd este aproape gata se adaugă vanilia tăiată bucăți. Cînd dulceața e legată se ia vasul de pe foc, se curăță spuma și se toarnă dulceața într-un castron. Se acoperă cu un șervet umed și a doua zi se pune în borcane.

Dulceață din coajă de portocale. 1 kg zahăr, 4 pahare apă, coajă de la 6 portocale mari.

Se aleg portocale mari, se țin 2—3 zile în apă rece, care se schimbă în fiecare zi. Apoi se rade coaja pe o răzătoare cu găurile mici, ușor ca să se radă numai partea lucioasă de deasupra cojii. Portocalele se opăresc apoi cu apă clocotită, circa 20 minute, pînă se înmoaie puțin coaja. Se scot portocalele din apă și se crestează în lung, în felioare. Fiecare felie se răsucește, iar melcii astfel formați se înșiră pe o ață groasă și se strîng bine unul de altul. Se fac 2—3 șiruri de melci care se pun să fiarbă în apă clocotită. Cînd sînt moi și cad de pe un ac înfipt în ei, se scot și se lasă să se răcească.

Se pune zahărul la fiert și după primele clocote se adaugă melcii înșirați pe ață. Se adaugă o lingură de zeamă de lămîie și dulceața se lasă să fiarbă, curățind mereu spuma. Cînd e gata se răstoarnă dulceața în castron și se acoperă cu un șervet umed. A doua zi se pune în borcan.

ȘERBETURI

Șerbeturile se prepară numai în cantități mici (1 kg). Dacă se prepară în cantități mari, zahărul se caramelizează, își schimbă gustul și culoarea și nici nu se freacă ușor.

Fierberea șerbetului se face la foc iute și în vas acoperit. Cînd siropul s-a îngroșat și face băsici, înseamnă că începe să se lege. Se încearcă des ca să nu se lege prea tare. În timp ce se încearcă se trage vasul la marginea plitei ca să se întrerupă fierberea. Cînd siropul turnat într-o ceașcă cu apă rece se adună între degete ca o bomboană moale, este suficient de legat.

După ce se răcorește puțin se freacă cu un melesteu (făcăleț) de lemn, într-o singură direcție, pînă cînd șerbetul își schimbă culoarea și devine mat (fără luciu).

Șerbet de cireșe negre amare. 1 kg zahăr, 1/4l suc de cireșe, vanilie.

Se aleg cireșe coapte, se strivesc cu sîmburi cu tot, se pun într-un castron și se lasă să stea cam 12 ore, după care se strecoară. Zeama obținută se lasă să se limpezească și se scurge ușor ca să nu se tulbure. Se toarnă 1/4 l zeamă peste zahăr și se lasă să se topească bine. Se fierbe apoi la foc iute. Cînd șerbetul este aproape gata se adaugă vanilia. După ce siropul s-a legat bine se ia vasul de pe foc și după ce s-a răcorit se freacă șerbetul.

La fel se face șerbetul de vișine.

Șerbet de zmeură. 1 kg zahăr, 1 kg zmeură.

Se zdrobește zmeura și se strecoară prin tifon. După ce zeama s-a limpezit se scurge ușor ca să nu se tulbure. Se leagă zahărul cu 1 pahar de apă. Cînd siropul este legat se adaugă 1 pahar de zeamă de zmeură limpezită. Se fierbe din nou la foc iute pînă se leagă. După ce s-a răcorit se ia la frecat.

La fel se face șerbetul de fragi, căpșuni și mure.

Șerbet de trandafiri. 1 kg zahăr, 300 g foi de trandafiri de dulceață, 1 degetar mic de sare de lămîie.

Se curăță partea albă a petalelor de trandafir cu o foarfecă. Se cîntăresc foile curățite, se pun să fiarbă acoperite într-un litru de apă clocotită. Cînd petalele se sfărîmă și apa a scăzut pe jumătate, se răstoarnă într-un castron, se acoperă și se lasă să se răcească. Se strecoară apoi și se storc bine printr-un tifon mai des. Zeama obținută se pune la foc. Cînd este fierbinte se adaugă 1 kg zahăr și după ce s-a topit bine se fierbe la foc iute. Cînd siropul este aproape legat, se iau două linguri de sirop într-o ceașcă, în care se pune să se topească sare de lămîie. Se leagă bine șerbetul și se lasă să se răcorească, după care se ia la frecat. Cînd este aproape gata să-și schimbe culoarea, se adaugă sarea de lămîie topită în sirop și se potrivește acru după gust. Se continuă cu frecarea șerbetului pînă cînd acesta este gata.

JELEURI

Pentru prepararea jeleurilor se folosesc fructe necoapte, sau pe jumătate coapte (fructele căzute), care se fierb cu coajă și cu sîmburi (sîmburii conțin multă substanță gelatinoasă). Zeama fructelor se strecoară și se limpezește, apoi se pune la fiert. Zahărul se adaugă după ce zeama s-a îngroșat, adică aproape de sfîrșitul fierberii, cînd se amestecă neîncetat cu o lingură de lemn, ca să nu se lipească pe fundul vasului.

Pentru jeleu se poate folosi și suc de fructe nefierte — — fructe zemoase — care se zdrobesc. Sucul se strecoară prin tifon.

Jeleu de zmeură. Se amestecă 3/4 l suc de zmeură cu 1/4 suc de coacăze și se fierb pînă încep să se îngroașe. Se adaugă 1 kg zahăr tos și 1 linguriță zeamă de lămîie. Se amestecă bine pînă se leagă. Se pune fierbinte în borcane calde. Cînd s-au răcit se leagă cu celofan.

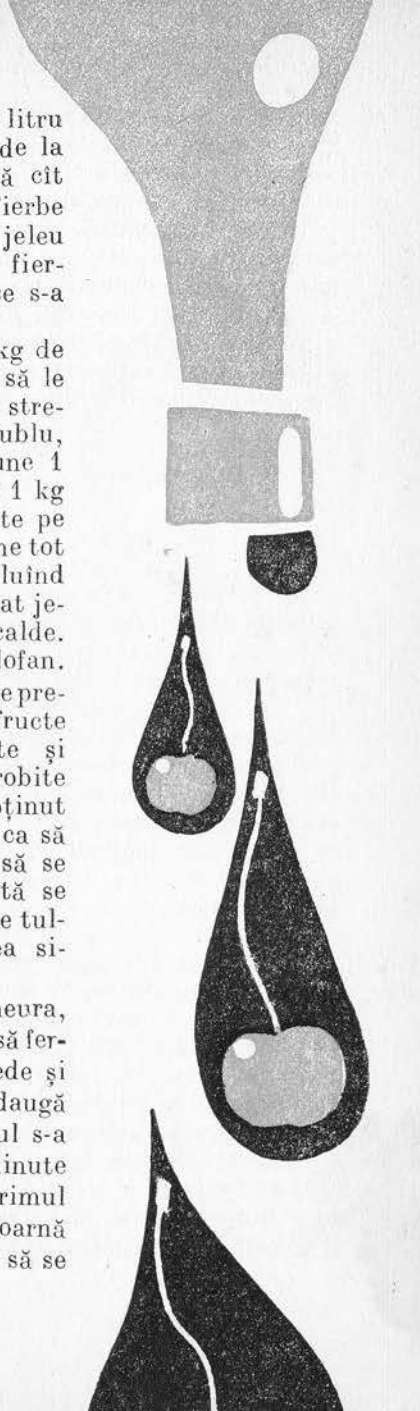
Jeleu de struguri și gutui. La 1 litru suc de struguri se adaugă sucul de la 2 gutui mari (fierte încet în apă cît le cuprinde) și 1 kg zahăr. Se fierbe totul pînă se leagă. Se obține un jeleu de culoare trandafirie. Se pune fierbinte în borcane calde. După ce s-a răcit se acoperă cu celofan.

Peltea de coarne. Se fierbe 1 kg de coarne nu prea coapte cu apă cît să le cuprindă. După ce s-au răcorit se strecoară zeama printr-un tifon dublu, pînă ce iese toată zeama. Se pune 1 litru din această zeamă la fiert cu 1 kg zahăr cubic. Se ține vasul departe pe marginea plitei pînă se topește bine tot zahărul. Se fierbe apoi la foc iute luînd mereu spuma. Cînd este bine legat jeleul se pune fierbinte în borcane calde. Cînd s-au răcit se acoperă cu celofan.

SIROPURI

Siropurile se prepară din fructe mai coapte și proaspete, puse într-un vas și zdrobite cu o lingură de lemn. Terciul obținut se pune într-un săculeț de tifon ca să se scurgă zeama în voie, fără să se stoarcă săculețul. Zeama obținută se limpezește, se scurge ușor să nu se tulbure și se folosește la prepararea siropului.

Sirop de zmeură. Se strivește zmeura, se pune la scurs și se lasă 1—2 zile să fermenteze. Se scurge zeama limpede și pentru fiecare litru de zeamă se adaugă 1,125 kg zahăr. După ce zahărul s-a topit bine se fierbe totul 5—8 minute (după cantitate) socotind de la primul clocot. Se ia siropul de la foc, se toarnă cald în sticle încălzite și se lasă să se



Șerbet de zmeură. 1 kg zahăr, 1 kg zmeură.

Se zdrobește zmeura și se strecoară prin tifon. După ce zeama s-a limpezit se scurge ușor ca să nu se tulbure. Se leagă zahărul cu 1 pahar de apă. Cînd siropul este legat se adaugă 1 pahar de zeamă de zmeură limpezită. Se fierbe din nou la foc iute pînă se leagă. După ce s-a răcorit se ia la frecat.

La fel se face șerbetul de fragi, căpșuni și mure.

Șerbet de trandafiri. 1 kg zahăr, 300 g foi de trandafiri de dulceață, 1 degetar mic de sare de lămîie.

Se curăță partea albă a petalelor de trandafir cu o foarfecă. Se cîntăresc foile curățite, se pun să fiarbă acoperite într-un litru de apă clocotită. Cînd petalele se sfărîmă și apa a scăzut pe jumătate, se răstoarnă într-un castron, se acoperă și se lasă să se răcească. Se strecoară apoi și se storc bine printr-un tifon mai des. Zeama obținută se pune la foc. Cînd este fierbinte se adaugă 1 kg zahăr și după ce s-a topit bine se fierbe la foc iute. Cînd siropul este aproape legat, se iau două linguri de sirop într-o ceașcă, în care se pune să se topească sare de lămîie. Se leagă bine șerbetul și se lasă să se răcorească, după care se ia la frecat. Cînd este aproape gata să-și schimbe culoarea, se adaugă sarea de lămîie topită în sirop și se potrivește acru după gust. Se continuă cu frecarea șerbetului pînă cînd acesta este gata.

JELEURI

Pentru prepararea jeleurilor se folosesc fructe necoapte, sau pe jumătate coapte (fructele căzute), care se fierb cu coajă și cu sîmburi (sîmburii conțin multă substanță gelatinoasă). Zeama fructelor se strecoară și se limpezește, apoi se pune la fiert. Zahărul se adaugă după ce zeama s-a îngroșat, adică aproape de sfîrșitul fierberii, cînd se amestecă neîncetat cu o lingură de lemn, ca să nu se lipească pe fundul vasului.

Pentru jeleu se poate folosi și suc de fructe nefierte — — fructe zemoase — care se zdrobesc. Sucul se strecoară prin tifon.

Jeleu de zmeură. Se amestecă 3/4 l suc de zmeură cu 1/4 suc de coacăze și se fierb pînă încep să se îngroașe. Se adaugă 1 kg zahăr tos și 1 linguriță zeamă de lămîie. Se amestecă bine pînă se leagă. Se pune fierbinte în borcane calde. Cînd s-au răcit se leagă cu celofan.

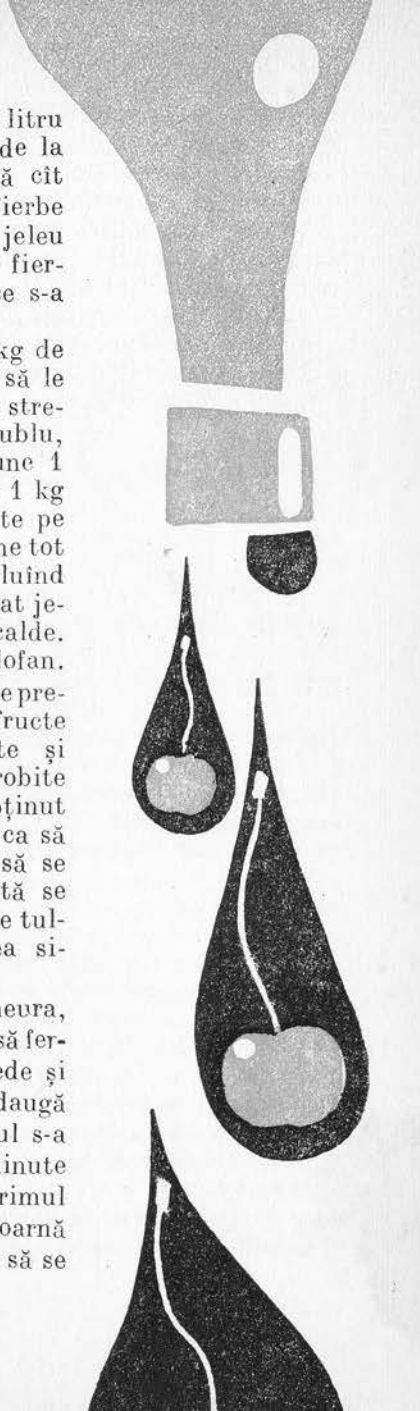
Jeleu de struguri și gutui. La 1 litru suc de struguri se adaugă sucul de la 2 gutui mari (fierte încet în apă cît le cuprinde) și 1 kg zahăr. Se fierbe totul pînă se leagă. Se obține un jeleu de culoare trandafirie. Se pune fierbinte în borcane calde. După ce s-a răcit se acoperă cu celofan.

Peltea de coarne. Se fierbe 1 kg de coarne nu prea coapte cu apă cît să le cuprindă. După ce s-au răcorit se strecoară zeama printr-un tifon dublu, pînă ce iese toată zeama. Se pune 1 litru din această zeamă la fiert cu 1 kg zahăr cubic. Se ține vasul departe pe marginea plitei pînă se topește bine tot zahărul. Se fierbe apoi la foc iute luînd mereu spuma. Cînd este bine legat jeleul se pune fierbinte în borcane calde. Cînd s-au răcit se acoperă cu celofan.

SIROPURI

Siropurile se prepară din fructe mai coapte și proaspete, puse într-un vas și zdrobite cu o lingură de lemn. Terciul obținut se pune într-un săculeț de tifon ca să se scurgă zeama în voie, fără să se stoarcă săculețul. Zeama obținută se limpezește,se scurge ușor să nu se tulbure și se folosește la prepararea siropului.

Sirop de zmeură. Se strivește zmeura, se pune la scurs și se lasă 1—2 zile să fermenteze. Se scurge zeama limpede și pentru fiecare litru de zeamă se adaugă 1,125 kg zahăr. După ce zahărul s-a topit bine se fierbe totul 5—8 minute (după cantitate) socotind de la primul clocot. Se ia siropul de la foc, se toarnă cald în sticle încălzite și se lasă să se



răcească. Se acoperă apoi cu celofan sau cu capsule speciale. Se păstrează în picioare la loc răcoros.

La fel se prepară siropul de fragi și siropul de căpșuni, dar acestea cu zeama proaspătă, nu fermentată.

Sirop de trandafiri. Se iau 200 g foi de trandafiri curățate ca pentru dulceață, se freacă cu puțin zahăr amestecat cu sare de lămîie și se lasă să stea pînă se leagă 1 kg de zahăr cu 4 pahare de apă. Înainte de a fi gata se ia siropul de pe foc și se opăresc cu el foile de trandafir. A doua zi se strecoară siropul prin sită deasă și se pune în sticle. Se fierb sticlele în baie de apă 10 minute.

SUCURI

Sucurile proaspete de fructe au o aromă puternică și un gust plăcut. Se prepară numai din fructe zemoase ca: zmeură, căpșuni, fragi, vișine, cireșe, coacăze etc. Fructele se zdrobesc crude, se storc și se strecoară printr-un tifon dublu. Se lasă zeama numai 1/2 oră să se limpezească și se toarnă în sticle care se acoperă cu celofan. Se fierb în baie de aburi cîte 20 minute în două zile la rînd.

GEMURI

Pentru gem se pregătesc fructele ca și pentru dulceață. La fructele cu sîmburi, aceștia se scot întrucît, prin fierbere, ies din fructe și strică aspectul.

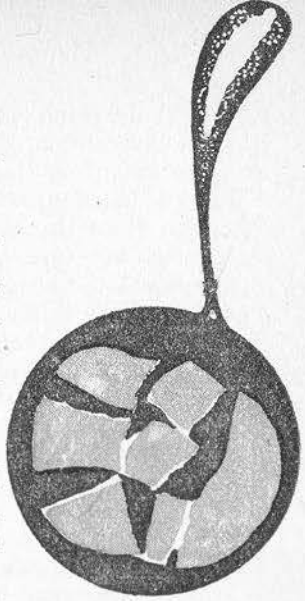
Fructele pregătite se pun într-un vas și se acoperă cu zahăr tos. După ce zahărul se topește, se pun la fiert. Cînd este gata, gemul încă fierbinte se pune în borcane calde. După ce se răcește se acoperă cu celofan.

MARMELADE

Marmeladele se pot pregăti din toate fructele după dorință. Se pot prepara dintr-un singur fel de fructe sau din două și chiar din mai multe feluri de fructe, adăugînd la fructele zemoase fructe mai tari sau legume. Spre deosebire de magiun, marmelada se prepară cu adaos de zahăr, care se adaugă la sfîrșitul fierberii, cînd marmelada este aproape gata. De obicei se adaugă cam 250—300 g zahăr la 1 kg fructe crude curățate.

Marmeladă cu fructe asortate. Se curăță merele și perele de coajă și de semințe și se taie în bucăți. Prunele și piersicile se opăresc, se curăță de pieliță și sîmburi. Se cîntăresc și se pun să fiarbă, amestecînd mereu. Cînd sînt fierte și apa a scăzut bine se adaugă 300 g zahăr la 1 kg de fructe și se

fierb apoi cu zahărul. Strugurii se fierb separat, se trec prin sită și se amestecă cu restul de fructe. Se continuă fierberea pînă marmelada e bine legată. Se toarnă în borcane și se păstrează la loc uscat.



Peltea de gutui. Gutuile se șterg bine, se taie în felii groase și se pun la fiert acoperite cu apă. Nu se cojesc, nu se curăță de sîmburi și nu se amestecă în timpul fiertului ca să nu se terciuiască și zeama să rămînă limpede. Cînd gutuile s-au muiat se strecoară printr-o pînză udă, legată de picioarele unui scaun răsturnat și se lasă să se scurgă în voie, ca să nu se tulbure zeama.

Zeama obținută se lasă să se limpezească, se măsoară și se pune la fiert într-un vas mai larg. Se adaugă cîte 600 g zahăr cubic pisat pentru fiecare litru de zeamă. Zahărul se adaugă treptat, cîte puțin, amestecînd și curățind mereu spuma formată. Se încearcă des ca pelteaua să nu se gelatineze. Cînd siropul curge de pe marginea lingurii în două picături sau cînd se întărește pe o farfurie rece pelteaua este gata. Se toarnă fierbinte în borcane calde și se acoperă cu un șervet. Se leagă după 2—3 zile.

Sucul de gutui se poate amesteca cu suc de mere. La 1 litru zeamă de gutui se adaugă 1/2 litru suc de mere. În acest caz se pun 750 g zahăr la 1 litru zeamă.

BĂUTURI PREPARATE ÎN CASĂ

Cafea. Cafeaua se fierbe în ibric. Pentru o cafea potrivit de tare și de dulce se socotește o linguriță de cafea și o bucățică de zahăr sau o linguriță rasă de zahăr de fiecare ceașcă.

Se pun într-un ibric potrivit de mare atîtea cești de apă cîte cafele e nevoie să se facă. Se pune zahăr și cafea proaspăt

rișnită și de bună calitate. Se lasă să dea cîteva clocote, pînă se face caimac și amestecăm ușor ca să nu dea în foc. Se ia caimacul cu linguriță și se pune în cești. Cînd cafeaua e fiartă se dă deoparte, turnînd deasupra cîteva picături de apă rece și se ține o clipă să se limpezească. Se toarnă în cești și se servește fierbinte.

Limonadă. Se socotește pentru fiecare pahar de apă cîte 3—4 bucăți de zahăr pisat și 1/2 lămîie.

Se pune zahărul într-un vas, se toarnă apă rece și se amestecă mereu pînă ce se topește zahărul. Se adaugă zeama de lămîie și puțină coajă de lămîie. Se acoperă și se pune la gheață. După cîteva ore se strecoară, se toarnă în pahar și se pune cîte o felie subțire de lămîie în fiecare pahar.

Suc. Se aleg fructe zemoase (căpșuni, zmeură, agrișe, struguri etc.) se zdrobesc, se strecoară bine prin tifon dublu și se pun la gheață. După 2—3 ore se servesc simplu sau cu sifon.

Lichior de portocale. Se pune într-un borcan 1 l de alcool de 90°, 1 l lapte crud, 1 kg zahăr tos, 4 portocale tăiate bucăți potrivite cu coajă și simburi și o lămîie tăiată bucăți. Se leagă borcanul și se pune într-un loc ferit, unde se lasă să stea cel puțin 30 zile. La fiecare 2—3 zile, se amestecă bine conținutul cu o lingură de lemn. După acest timp se strecoară printr-un tifon, storcînd bine ca să iasă toată zeama din portocale. Lichidul astfel obținut se filtrează printr-o pîlnie căptușită cu hîrtie de filtru, care se schimbă de cîte ori se încarcă cu reziduuri. Lichiorul trebuie să iasă limpede. Se pune în sticlă, se astupă bine și se păstrează la loc uscat. La fel se face lichiorul de mandarine, la care se pun șase mandarine sau două portocale și patru mandarine.

Lichior de cafea. O sticlă de 700 g se umple pe sfert cu cafea rîșnită de cea mai bună calitate și se adaugă 1/4 baton vanilie, 400 g alcool de 90° și apă pînă la completare (se umple sticla pînă la gît). Se lasă să stea 2—3 luni după care se strecoară și se filtrează. Se adaugă apoi un sirop din 200 g zahăr și 150 g apă.

Lichior de cireșe amare. Se pun într-o sticlă mare 500 g cireșe, 200 g simburi de cireșe sfărîmați, 1 l de alcool de 90°. Se acoperă și se lasă cam 10 zile, scuturînd mereu sticla. Se adaugă apoi un sirop rece făcut din 1/2 l apă și 1 kg zahăr. După alte 10 zile lichiorul este gata. Se strecoară și se filtrează.

Lichior de anason. Se pun într-o sticlă 50 g anason, cîteva boabe de coriandru, o bucățică de scorțișoară și 1 l de alcool de 90°. Se leagă bine sticla și se lasă 60 zile. Se adaugă un sirop rece făcut din 1/2 l apă și 750 g zahăr. Se acoperă din nou sticla și se lasă 10 zile, scuturînd-o bine din două în două zile. Apoi lichiorul se strecoară și se filtrează.

Lichior de vin negru. Se pun într-un borcan, 1/4 alcool, 1 l vin bun și 10 nuci verzi să se macereze cam 40 zile, mișcînd în fiecare zi borcanul. Se adaugă 1/4 zahăr și se mai lasă 15 zile. Se strecoară și se filtrează.

Lichior de sîmburi. Se sparg cîte 200 sîmburi de prune, corcodușe și caise, se strivesc miezurile și se pun într-o sticlă cu 1 lingură de foi de spanac tocat — pentru culoare — 1 l alcool de 90° și 200 g apă. Se lasă la macerat 60 zile, după care se strecoară și se filtrează. Se adaugă un sirop din 200 g zahăr și 150 g apă.

Lichioruri de ierburi aromate. Se pun într-o sticlă 1 lingură de tarhon tocat, 1 lingură de foi de pătlăgele roșii, 50 g sîmburi de mere striviți, 1 linguriță foi de mentă tocată și 1 linguriță busuioc tocat. Se adaugă 3/4 l alcool de 90° și 200 g apă.

După 30 zile se strecoară și se filtrează. Se adaugă un sirop din 200 g zahăr și 150 g apă.

Rachiu cu mirodenii. Se amestecă 1 l rachiu de drojdie cu 50 g scorțișoară pisată mare, 2 nucșoare tăiate bucăți, cîteva cuișoare, 1 baton vanilie tăiat bucăți și 5 g chimion. Se lasă să macereze 60 zile, după care se strecoară și se filtrează.

Vișinată. Se aleg vișine coapte și proaspete, se curăță de cozi și se pun într-o sticlă mare cu gîtul larg, cîte un rînd de vișine un rînd de zahăr tos (la 1 kg de vișine se socotesc 3—400 g zahăr). Peste ele se toarnă în părți egale rom și alcool de 90°, pînă acoperă vișinile pe jumătate. În lipsă de rom se folosește numai alcool. Se leagă sticla cu tifon și se așază la un loc însorit și se scutură bine sticla din cînd în cînd. După 4—5 săptămîni se poate servi.

Vin tonic. Se freacă 5 gălbenușuri cu 60 g zahăr cam 1/2 oră se adaugă încet 1 l vin negru și 2 pachețele de vanilie. Se pune apoi vasul pe foc și se lasă să se înfierbînte bine, fără să clocotească amestecînd mereu. Se servește fierbinte sau rece.

Vermut. 3/4 l vin alb, 50 g alcool de 90°, 150 g esență de vermut (pelin).

Se amestecă vinul cu alcool. Zahărul tos se topește într-o cratiță la foc cu 100 g vin. Cînd se răcește, siropul se amestecă cu vinul. Se adaugă după gust esență de vermut, picurînd cu sticluța. Dacă vinul nu are culoare frumoasă se colorează cu zahăr ars.

Pentru vermut roșu se folosește vin roșu.

Vin de fructe. Vinul se face din diverse fructe de grădină și de pădure.

Fructele zemoase cum sînt strugurii, căpșunile se storc cu prese speciale și apoi se lasă să fermenteze pînă se limpezesc după care se păstrează în sticle. Fructele nezemoase cum sînt măcešele, smochinele etc. se pun la macerat cu apă, drojdie și zahăr.

Indiferent de fructele folosite la prepararea și conservarea vinului se folosesc vase și sticle foarte curate, iar pentru vinul din struguri vase afumate cu pucioasă. Vasele cu deschidere largă se afumă, așezîndu-le cu gura în jos, peste o tavă cu cărbuni peste care s-au așezat cîteva bucățele de pucioasă.

Vasele cu deschidere mică, damigenele, sticlele etc. se afumă astfel: se așază o pîlnie cu deschidere peste tava cu jeratic și pucioasă, iar gîtul pîlniei se introduce în sticla sau damigeana așezată cu gura în jos.

Vin de struguri. Se aleg struguri bine copți și se sortează pe culori și varietăți ca să se păstreze gustul și parfumul vinului.

Se așază strugurii într-un vas încăpător și se zdrobesc cu un băț special prevăzut la un capăt cu un disc gros. După 24 ore se scurge zeama, iar restul se așază într-un teasc și se presează mecanic. Mustul obținut se amestecă cu zeama obținută din prima zdrobire a strugurilor și se acoperă vasul cu un tifon. Se ține să fermenteze la o temperatură de circa 16°. După 21 zile cînd s-a limpezit se scurge ușor cu un furtun în alt vas care se umple numai pe 3/4, se acoperă și se păstrează la aceeași temperatură. După 40 zile cînd vinul a încetat să mai fiarbă și s-a limpezit complet, se trage cu furtunul în sticle, se înfundă bine, se smolesc și se păstrează în pivnițe, așezate cu gura în jos în lăzi cu nisip.

Vin de măceše. La 100 g măceše se socotesc: 1 litru apă, 250 g zahăr și 4 g drojdie de bere. Se șterg bine fructele cu o cîrpă curată, se strivesc într-o piuliță, se pun într-un borcan mare. Se adaugă zahărul, drojdia și apa de la robinet, se acoperă cu un tifon și se așază borcanul într-un loc cald și ferit de curent.

Se amestecă conținutul cu un băț în fiecare zi timp de o săptămînă, după care se lasă liniștit. După 21 zile cînd vinul s-a limpezit se trage cu un furtun în sticle.

Vin de smochine. La 100 g smochine se socotesc 300 g zahăr, 15 g stafide, 1 litru apă, 1 felie de lămîie fără coajă, 3 g drojdie.

Se spală smochinele și se taie mărunt. Se așază într-un borcan mare și se adaugă zahărul, stafidele, drojdia, lămîia și apa. Se păstrează la un loc călduț și se amestecă zilnic conținutul timp de 5—6 zile. Se lasă apoi liniștit iar după 3 săptămîni, cînd vinul s-a limpezit se trage ușor cu furtunul în sticle.

Sfaturi practice

— Vasele care au mîncare gătită în ele se păstrează în pivnițe. Ele se așază în alte vase mai mari în care turnăm apă rece.

— Gălbenușul de ou se poate păstra cîteva zile dacă se pune într-o ceașcă și se acoperă cu apă rece.

— Sticlele cu apă sau cu vin se răcesc dacă se învelesc într-un ziar bine udat cu apă rece apoi în două-trei ziare uscate și se așază în curent de aer.

— Drojdia de bere se poate păstra cîteva săptămîni presînd-o într-un pahar curat și bine șers pe care-l așezăm răsturnat pe o farfurie adîncă ce se umple cu apă și se ține la loc rece.

— Untul se păstrează proaspăt dacă se ține în vase cu apă sărată fiartă și bine răcită.

— În timpul verii laptele dulce fiert își menține mai mult timp calitățile nutritive dacă la fiert i se adaugă o linguriță de zahăr de un litru de lapte și dacă se grăbește răcirea,

așezînd cratița cu lapte într-un vas mai mare cu apă rece. Fermentarea lui mai poate fi întîrziată dacă în loc de zahăr se adaugă un vîrf de cuțit de bicarbonat de sodiu.

— Pentru ca să rămînă cît mai albă, conopida se așază la fiert cu partea înflorită în jos și se adaugă în apă 2 linguri de lapte dulce.

— Pentru a fi ușor curățate de pieliță, roșiile se introduc pentru cîteva secunde cu o strecurătoare în apă clocotită.

— Peștele se poate curăța de solzi și intestine și păstra la rece pînă a doua zi cînd se prepară. Nu se spală însă decît înainte de preparare.

— Carnea se poate păstra cîteva zile învelită într-un prosop muiat în oțet la loc răcoros.

CONSERVE DIN LEGUME ȘI FRUCTE

Conservarea legumelor și fructelor se poate face prin uscare sau în stare proaspătă.

Pentru o bună reușită a conservelor e necesar să se respecte anumite cerințe legate de modul lor de preparare și păstrare.

Conservarea legumelor

Conservarea diverselor legume se face în diferite feluri: prin sterilizare, în oțet, cu sare, prin uscare, în stare proaspătă.

Pentru reușita lor e necesar să se țină seamă de o serie de factori hotărîtori cum sînt: alegerea legumelor și fructelor bune de conservat, îmbutelierea, modul de închidere, sterilizarea, modul și locul de păstrare.

Această ultimă cerință este de fapt, prima condiție hotărîtoare în realizarea conservelor, întrucît de ea depinde în bună parte durata de păstrare a conservelor. Locurile de păstrare a conservelor, sînt pivnița și cămara.

Înainte de a se așeza legumele și zarzavaturile pentru iarnă, e necesar să se pregătească pivnița și cămara.

Pregătirea pivniței. Pregătirea pivniței începe din timpul verii.

Dacă pivnița este umedă trebuie aerisită tot timpul verii, iar de cîteva ori să se afume cu pucioasă. În acest scop se închid ușile și ferestrele și se pune un lighean sau o găleată cu

cărbuni aprinși în mijlocul pivniței (dacă pivnița este pardosită găleata se pune pe o piatră).

Pe cărbunii aprinși se pune pucioasă (praf sau bucăți) și se lasă 2—3 zile ca fumul de pucioasă să pătrundă bine apoi se aerisește. Chiar dacă pivnița nu este umedă, ea trebuie afumată din cînd în cînd. Într-o pivniță umedă și neaerisită, legumele și zarzavaturile mucegăiesc.

Dacă în pivniță sînt șoareci și gîndaci, aceștia se distrug în felul următor: se amestecă în părți egale ghips, făină de grîu și zahăr. Acest amestec se pune în două trei cutii și se așază în pivniță, pe la colțuri. De asemenea, se mai pune și un vas (o cutie plată de metal) cu apă. Șoarecii, șobolanii sau gîndacii mănîncă din acest amestec, beau apă, ghipsul se umflă, se întărește în aparatul lor digestiv și mor. Acest procedeu de stîrpire a șoarecilor și gîndacilor se poate repeta de cîteva ori.

Prepararea amestecului nu se va face cu mîna, pentru că șoarecii simt mirosul de om și nu se apropie să mănînce.

Pentru stîrpirea șoarecilor și gîndacilor se pot folosi și diverse produse chimice, însă acestea trebuie administrate cu multă atenție întrucît multe din ele sînt dăunătoare omului.

Pregătirea cămării. Cămara se curăță, se spoiește, iar dacă sînt dați cu ulei, pereții se spală; se schimbă hîrtiile de pe rafturi și se aerisește bine. Pentru înlăturarea oricărui miros se face, ca și la pivniță, o afumare cu pucioasă.

Alegerea și pregătirea legumelor. Conserve bune nu se pot face decît din legume de bună calitate. Cele de calitatea a doua se folosesc la uscat, la prepararea bulionului, a marmeladelor etc.

Legumele se culeg pe timp uscat și se aleg cele mai sănătoase și potrivit de mari. Se transportă cu multă grijă ca să nu se strice și se păstrează în straturi cît mai subțiri, în locuri răcoroase și bine aerisite.

Pregătirea legumelor pentru conservat implică o serie de operațiuni ca spălarea, sortarea, curățirea, tăierea, opărirea și răcirea lor.

Spălarea este prima operațiune prin care trec toate legumele înainte de a fi prelucrate. Legumele rădăcinoase se înmoaie în apă, apoi se curăță cu o perie sau cu o măturică pentru îndepărtarea pămîntului de pe ele.

Sortarea se face după spălare cu scopul de a se înlătura legumele veștede și vătămate. Se aleg după mărime și după gradul de coacere, unde este cazul.

Curățirea legumelor se face ca și pentru gătit. Rădăcinoasele (morcovii, țelina etc.) se răzuiesc cu cuțitul, apoi se spală din nou și se zvîntă. La unele legume se înlătură coaja, pielița, cotoarele, codițele, semințele, adică părțile care nu sînt bune de mîncat.

Tăiatul și tocatul legumelor se fac de la caz la caz, după nevoie. O dată cu tăiatul legumelor, se controlează din nou starea lor, înlăturîndu-se cele necorespunzătoare.

Opărirea (albirea) se face cu scopul de a nimici microorganismele de pe suprafața legumelor și pentru a înlesni sterilizarea.

Ca regulă generală, opărirea trebuie să se facă înainte de sterilizare și constă în scufundarea legumelor pentru cîteva minute în apă clocotită, cu sau fără sare, după cerințe.

După opărire, legumele se scufundă imediat în apă rece, apoi se scurg bine. Apa în care s-au opărit nu se folosește la umplerea borcanelor.

Prin opărire cu apă legumele pierd o bună parte din săruri și vitamine. Acest neajuns se poate înlătura prin opărirea în aburi. În acest scop se așază legumele într-o sită, care se atîrnă într-o oală mare, pe fundul căreia s-a pus apă cam de 4 degete. Oala se acoperă cu un capac și se pune la fiert.

Îmbutelierea legumelor. Se face în sticle cu gîtul larg și în borcane. Umplerea sticlelor și a borcanelor se face cu ajutorul unei linguri de lemn sau de porțelan cu coadă lungă (legumele odată opărite nu se mai apucă cu mîna). După ce se introduc legumele pînă ce sticlele sau borcanele se umplu cam de 3/4 se toarnă apă fiartă și răcită sau bulion, oțet etc. Pentru umplere borcanele sau sticlele se țin bine aplecate și cu un ibric se toarnă lichidul la marginea de jos a gurii borcanului sau sticlei pentru ca lichidul, urcîndu-se treptat, să elimine aerul din borcan. După ce s-a turnat lichidul se înlătură restul de aer dintre legume, bătînd ușor borcanul sau sticla de palmă pînă ce băsicuțele de aer se ridică la suprafață și dispar. Trebuie avut grijă ca legumele să fie acoperite cu un strat de lichid gros de 2—3 degete, deoarece cu timpul lichidul scade, iar legumele rămase neacoperite cu lichid se strică. Înainte de a închide borcanele

și sticlele marginea lor se șterge cu o cîrpă curată muiată în apă clocotită.

Închiderea sticlelor și a borcanelor se face acoperindu-le cu două rînduri de celofan de bună calitate, lipit cu albuș de ou uns pe marginea borcanului sau a sticlei. Celofanul se leagă bine cu sfoară înfășurată de cîteva ori în jurul gîtului sticlei sau a borcanului.

Sterilizarea este una dintre cele mai bune metode de conservare a legumelor și fructelor.

După ce borcanele sau sticlele au fost ermetic închise se așază într-un cazan — pe un grătar de scîndurele, despărțite între ele, ca să nu se spargă, cu paie, fîn, talaș, cîrpe sau ziare. Cazanul se umple cu apă caldă, pînă aproape de marginea celofanului. În timpul fierberii trebuie urmărit nivelul apei din cazan care nu trebuie să scadă sub nivelul lichidului din borcan sau sticlă. Apa care scade se înlocuiește cu apă caldă. Timpul de sterilizare se socotește din momentul în care în interiorul borcanului se ridică la suprafață băsicuțe mici de aer și nu din momentul în care începe clocotirea apei din cazan. Apa din jurul conservelor nu trebuie să clocotească tare. Fierberea se face domol și fără întrerupere, iar conținutul borcanelor sau al sticlelor nu trebuie să clocotească.

Prin sterilizare se păstrează întreaga valoare alimentară a legumelor și fructelor și se previne alterarea lor.

Conserve de legume

Aperitiv din legume asortate. 12 vinete, 10 ardei grași, 20 gogoșari, 1 kg ceapă, 5 kg roșii, 2 căpățîni de usturoi, sare, boabe de piper, ienibahar, foi de dafin.

Se coc și se curăță vinetele, ardeii și gogoșarii. Ceapa se călește în ulei. Usturoiul se curăță. Se dă totul prin mașina de tocat. Se adaugă un bulion gros de roșii, sare, piper, ienibahar și 3—4 foi de dafin. Se lasă să fiarbă pînă devine

o pastă. Se pune în borcane, se acoperă cu celofan și se fierb în baie de apă, în două zile cîte 1/2 oră.

Aperitiv de vinete cu gogoșari. Se taie vinetele rotocoale, se sărează, se lasă să se scurgă timp de o oră, apoi se prăjesc în ulei pe ambele părți.

Se spală gogoșarii, se taie în sferturi, se scutură de semințe și se opăresc în oțet, lăsîndu-i să stea 10—15 minute, apoi se scot și se scurg bine. Se așază în borcane un rînd de vinete prăjite, un rînd de gogoșari, alternînd astfel pînă se umple borcanul pe trei sferturi. Se acoperă cu bulion gros de roșii în care s-a adăugat sare, puțin zahăr, boabe de piper și ienibahar toate pisate. Se acoperă borcanul cu celofan și se fierbe în baie de apă în două zile cîte 1/4 oră.

Aperitiv de gogoșari. 50 gogoșari mari și bine copți, 1/2 l ulei, 1/2 l oțet de vin, 1 l apă, sare, boabe de piper, ienibahar și cîteva foi de dafin, zahăr.

Se curăță gogoșarii și se taie în bucăți. Se pun într-un săculeț de tifon și se opăresc cîteva minute (pînă își schimbă puțin culoarea) în apă clocotită cu sare. Se așază în borcane și se cuprind cu oțet fiert cu apă, sau zahăr, ienibahar, piper și foi de dafin și care a fost bine strecurat. Deasupra se toarnă un strat de ulei. Se fierb în baie de apă cîte 15 minute în două zile.

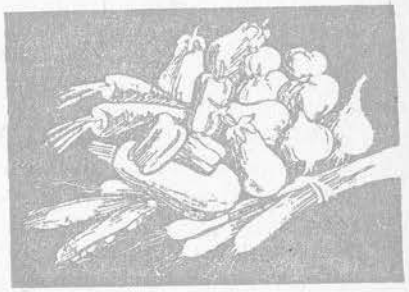
Sote de legume asortate. Se aleg legume după dorință, se curăță și se opăresc. Se așază legumele în borcane în straturi alternative și se acoperă cu apă fierbinte, fiartă cu sare (1—2%). Se sterilizează în prima zi 40 minute, iar a doua zi 20 minute.

Ghiveci. Se prepară din : vinete curățate de coajă, tăiate în cuburi, presărate cu sare, scurse bine, șterse cu un șervet și prăjite în ulei, felii de morcov prăjiți în ulei, ceapă mai multă, tăiată solzi, prăjită în ulei, fasole păstăi, fiartă pe jumătate în apă cu sare, conopidă desfăcută în buchete și opărite în apă cu sare, felii de dovlecei rași și prăjiți în ulei, bucăți de varză opărite, felii de ardei călite în ulei.

Legumele astfel pregătite se pun la un loc într-un vas, se adaugă sare după gust, foi de pătrunjel, tarhon și de țelină tăiate mărunt, se acoperă cu bulion de roșii gros și se fierb în cîteva clocote. Se pune cald în borcane, se leagă cu celofan și se fierb în baie de apă în două zile cîte 1/2 oră.

Zacuscă. Se coc 12 vinete, 10 ardei grași, se curăță 20 de gogoșari iar vinetele se scurg de zeama lor. Separat se călesc în 2 pahare de ulei 2 kg ceapă, peste care se adaugă legumele coapte și tăiate în fîșii și bulion de roșii. Se adaugă sare, boabe de piper, ienibahar și foi de dafin și se lasă să dea cîteva clocote. Se scot apoi foile de dafin, se pune compoziția în borcane și se sterilizează în două etape: 75 minute borcanele mici și 110 minute borcanele de 1 litru.

Același conținut se poate face sub formă de pastă trecînd totul prin mașina de tocat, înainte de a se adăuga bulionul. La zacusca pastă se mai poate adăuga puțin usturoi, după gust.



Pătlăgele vinete pentru salată. Se aleg vinete fragede și se coc la foc iute pe mașina de gătit sau pe jeratic. Se scurg de zeama lor amară și se curăță uscat (fără a se muia mîna în apă). Se desfac vinetele în fîșii și se introduc în sticle sau borcane. Se bat sticlele bine în palmă ca să nu rămînă goluri între vinete. Deasupra se toarnă un strat de ulei bun ca de un lat de deget. Se acoperă borcanele și se sterilizează în două etape la 24 ore, în total borcanele de 1/2 litru 90 minute și borcanele de 1 litru 120 minute.

Pătlăgele vinete pentru musaca. Se aleg vinete tinere și bine coapte. Se curăță de pielița vînătă, se taie în felii subțiri care se rumenesc direct pe plita caldă. Se așază în borcane și se acoperă cu bulion de roșii proaspăt și fierbinte. Se închid borcanele imediat și se sterilizează în două etape: borcanele de 1/2 litru 75 minute și borcanele de 1 litru 110 minute.

Roșii în suc propriu. Se aleg roșii coapte și sănătoase, se șterg bine și se așază în borcane. Se închid borcanele și se sterilizează ca și roșiile în apă.

Roșii în bulion. Se prepară la fel cu roșiile în apă, cu deosebirea că apa este înlocuită cu bulion de roșii preparat subțire.

Pătlăgele roșii în apă. Se aleg roșii nu prea mari, cărnoase, nevătămate, coapte și foarte proaspete. Se spală, se zvîntă și se înțeapă de mai multe ori cu o scobitoare mai groasă, pentru ca apa să poată pătrunde înăuntrul lor și ele să-și păstreze forma. Se așază roșiile în borcane și se acoperă cu apă care a fost fiartă și ușor sărată (1% sare).

Sterilizarea se face în două etape la 24 ore, în total borcanele de 1/2 litru 50 minute și borcanele de 1 litru 75 minute.

Roșii la sticle (pentru ciorbe). Roșiile coapte și bine spălate se introduc o clipă în apă clocotită. Se curăță de pieliță, se taie în două, se scutură bine de semințe și se taie în fîșii subțiri. Se pun apoi în sticle cu ardei tăiați ca fideaua și cu verdeață. Zeama scursă de la roșii se toarnă în sticle. Se acoperă cu celofan și se fierb în baie de aburi două zile cîte 1/4 oră.

Sos de roșii pentru friptură. 1 kg de roșii coapte, 250 g zahăr, 1/2 linguriță ienibahar pisat, 1 linguriță piper pisat, 2 linguri boia de ardei, 1 lingură sare, 3 linguri mușlar, 1 pahar oțet de vin.

Se spală roșiile, se rup, se trec prin mașina cu separator. Zeama și carnea de roșii se pun la fiert amestecînd mereu. Cînd devine ca o smîntînă groasă, se adaugă zahărul, oțetul, sarea mușlarul, piperul și ienibaharul. Se mai lasă să fiarbă pînă devine ca un bulion gros.

Se pune fierbinte în sticluțe mici, se toarnă cîte puțin ulei în fiecare sticluță și se leagă cu celofan dublu. Se păstrează la loc rece. Se servește la fripturi.

Sos de roșii picant. Se face un bulion mai gros din 4 kg roșii la care se adaugă două linguri de piper negru, boia de ardei, piure de rădăcină de țelină și frunze de tarhon tăiate mărunt. Se potrivește de sare și oțet de vin după plac, și se fierbe pînă ce sosul devine gros ca smîntîna. Se pune în sticle și se sterilizează sticlele de 1/2 l 20 minute și sticlele de 1 litru 30 minute.

Conopidă. Se alege conopidă albă și sănătoasă, se desface în bucăți, se înlătură cotoarele și se ține 1/2 oră în apă rece cu puțină sare. Se fierbe apoi conopida în aburi timp de 10 minute. După ce se răcește conopida se așază în borcane cu vîrful în sus iar pe deasupra se toarnă apa în care a fost fiartă. Nu se pune sare deoarece conopida se înroșește. Se fierb borcanele în baie de abur: borcanele de 1/2 litru 60 minute, borcanele de 1 litru 70 minute. Fierberea se face în două etape la interval de 24 ore.

Bame în bulion. Se aleg bame mici, tinere, se curăță de codițe și se spală bine cu apă îndoită cu oțet sau se țin o oră în bulion subțire de roșii în care s-a adăugat puțină sare. Se scurg bine, se pun în borcane și se toarnă peste ele zeamă de roșii fierbinte cu puțină sare. Se sterilizează în două etape: borcanele de 1/2 litru 70 minute și borcanele de 1 litru 110 minute.

Ardei conservați în bulion. Se spală ardeii, se scot cotoarele, se scutură de semințe și se pun într-un vas mai mare cu apă clocotită și puțin sărată. Nu se lasă în apa clocotită decît cîteva secunde, apoi se scot cu ajutorul lingurii de spumă și se pun într-o sită ca să se scurgă bine de apă. După ce s-au răcit se așază ardeii în borcane fără ca să fie îndesați. Se toarnă peste ei bulion de roșii bine răcorit. Se acoperă și se fierb în baie de aburi, 1/2 oră timp de două zile la rînd.

Fasole verde în bulion. Se folosește fasole grasă sau fideluță. Se spală bine în apă rece și se pune la fiert pentru cîteva

minute în apă clocotită cu sare (1/2 lingură de sare la 1 litru de apă). Cînd păstăile încep să se înmoaie se scot în strecurătoare și apoi se așază în borcane. Se acoperă cu bulion de roșii subțire și călduț. Se leagă borcanele cu celofan și se fierb în baie de apă cîte 1/2 oră, două zile la rînd.

Castraveți în oțet cu boabe de muștar. Se aleg castraveți potrivit de mari și foarte proaspeți. Se curăță de coajă, se taie în patru în lungime, se îndepărtează sămînța mai mare și se taie în bucăți lungi cam de 5 cm. Se pun într-un castron, se presară sare atît cît să fie potrivit de sărați se acoperă și se lasă să stea așa 10—12 ore. Se scurg de zeamă și se așază în borcan. Separat se fierbe oțet, punînd la 1 litru oțet de vin, 1/4 l apă și 10 g sare. Se toarnă oțetul răcorit peste castraveți. Se leagă borcanul. După o săptămînă se mai fierbe odată oțetul. Pe lîngă castraveți se pun în borcan cîteva felii de hrean, de ceapă, frunze de dafin, tarhon, usturoi și boabe de muștar (50 g la 1 litru de oțet). Se toarnă oțetul răcorit deasupra și se pune o farfurioară care să intre în borcan să apese peste castraveți pentru ca ei să fie bine cuprinși de oțet. Se leagă borcanul și se păstrează la întuneric și la rece.

Murături asortate în oțet. Se aleg castraveți mici de tot (dacă sînt mai groși se taie în două sau trei bucăți), gogonele mici, buchețele de conopidă, ceapă măruntă (arpagic), felii de morcov și căței de usturoi. Se așază totul în borcane în rînduri alternative adăugînd și cîțiva ardei iuți. Se toarnă oțetul răcorit, care a fost fiert cu sare, boabe de piper și zahăr (1 lingură zahăr la 1 litru de oțet).

Salată de ardei roșii. Se aleg ardei mari roșii. La 100 de ardei se folosesc: 1 litru de oțet de 6°, 1 litru de apă, sare, foi de dafin și puțin zahăr. Cînd oțetul a început să fiarbă se introduc și ardeii care se lasă să dea în clocot. După ce s-au răcorit se dau ardeii prin mașina de tocat carne și se pun la sticle. Oțetul se lasă să mai dea un clocot și se răstoarnă călduț peste ardeii puși în sticle. Se acoperă sticlele cu celofan și se fierb în baie de apă cîte 20 minute în 2 zile consecutive.

Legume asortate în oțet. 15 gogoșari verzi, 30 gogoșari roșii, 2 morcovi, 2 țeline mari, 1 conopidă mare, 2 căpățîni de usturoi, 1/2 kg ceapă măruntă.

Gogoșarii se spală, se curăță și se taie în opt bucăți. Morcovii și țelina se curăță, se spală și se taie în cuburi, usturoiul și ceapa se curăță și se pun întregi iar conopida se desface în bucăți. Se așază în borcan în straturi alternative.

Separat, se pregătește oțetul astfel: la 1 litru oțet se adaugă 1 1/2 pahar apă, 1 lingură vîrf cu sare, 2 linguri zahăr, 1 lingură miere, cîteva foi de dafin și boabe de ienibahar. Se fierbe în cîteva clocote și se strecoară. Se toarnă fierbinte peste legume și se acoperă borcanul cu tifon. A doua zi se completează oțetul și se leagă borcanul cu celofan.

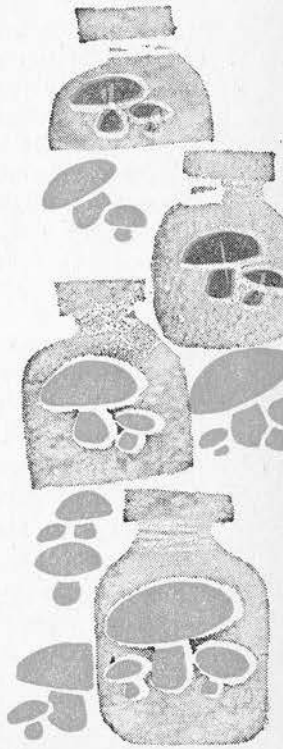
Sfeclă roșie coaptă. Se aleg sfecle mici, de culoare roșie închis. Cele rotunde sînt mai fragede și mai gustoase decît cele lunguiețe. La 5 kg sfeclă se întrebuințează 2—2 1/2 l oțet de vin, 3/4 litri apă, 3 linguri de hrean ras, o lingură de chimen și sare după gust. Se coace sfecla încet în cuptor, apoi se curăță și se taie felii. Hreanul ras se amestecă cu chimen și se împrăștie printre feliile de sfeclă.

Oțetul se amestecă cu apa în care s-a topit sarea, se fierbe și se toarnă fierbinte peste sfeclă.

Se leagă bine borcanele și se păstrează într-un loc răcoros.

Ciuperci marinate. Se aleg ciuperci mici, rotunde și închise. Trebuie să fie foarte proaspete. După ce se rup codițele se freacă cu puțină sare (20 g sare la 1 kg ciuperci). Se spală apoi ușor în apă cu puțin oțet. Între timp se fierbe oțet de vin, punînd la 1 litru de oțet 20 g sare și cîteva boabe de piper. Cînd oțetul clocotește se pun ciupercile, lăsîndu-le să fiarbă bine. Se pun fierbinți, cu oțet cu tot în borcane mici și după ce s-au răcorit se leagă bine cu celofan.

Gogoșari în oțet. Se aleg gogoșari frumoși, nevătămați și proaspeți. Se spală și se lasă să se zvînte bine. Se înțeapă cu un ac de 2—3 ori fiecare gogoșar. Se așază în borcane.



Se fierbe oțetul adăugînd la fiecare litru de oțet o lingură de sare, una de zahăr și o frunză de dafin. După ce s-a răcorit bine se toarnă peste gogoșari, punînd deasupra cîteva boabe de muștar și frunze de vișin. Se pun apoi două scîndurele încrucișate, care să țină gogoșarii în oțet. Se acoperă borcanele cu celofan și se păstrează la rece.

O altă rețetă este: se aleg gogoșari mari, se spală bine, se taie în jumătăți și se scot cotorul și semințele. Se clocotește oțetul cu sare, miere și mirodenii. Gogoșarii se opăresc treptat în oțet și se așază în borcan peste un strat de foi de vișin, țelină și tarhon. Printre rînduri se adaugă felii de zarzavat, buchețele de conopidă și se termină cu un strat de tarhon, foi de viță de vișin. Se toarnă oțetul, se leagă cu celofan și se păstrează la rece.

Varză roșie cu boabe de muștar. Varză roșie, curățată, se taie în fire cît mai subțiri. Se îndeasă într-un borcan, cu sare foarte puțină. Se adaugă mărar cu semințe și felioare subțiri de hrean. Deasupra verzei se așază un săculeț cu boabe de muștar, apoi o farfurioară răsturnată care să mențină varza sub lichid.

Se fierbe în clocot oțet de 9° în care s-a adăugat o cantitate de apă egală cu cantitatea de oțet, care se toarnă cald peste varză. Borcanele se leagă cu celofan. Cînd se servește varza, se adaugă puțin ulei.

Vinete umplute. Se aleg vinete tinere, se taie codița și se despică în mijloc pe lung. Se pun în apă clocotită puțin sărată și se lasă să fiarbă pînă devin moi. Se scot din apă, se așază pe o masă curată sau o planșetă de lemn, se acoperă cu altă planșetă pe care se pun greutăți și se lasă să stea astfel timp de 2—3 ore. Această operație se face pentru ca să se scurgă bine zeama neagră din vinete.

Se umplu apoi cu zarzavat pregătit astfel: se taie ca fideaua varză albă, cîțiva morcovi, țelină, pătrunjel și cîțiva căței de usturoi. Se freacă totul bine cu sare și se umplu vinetele prin despicătura făcută și se leagă fiecare vînătă cu cozi de țelină opărită. Se așază în borcan și se toarnă deasupra apă fiartă cu sare și oțet răcit. La 2 litri apă se pun un pahar de oțet de 9° și sarea necesară. Se pun deasupra două scîndurele în cruciș și se leagă cu celofan. Se păstrează la un loc rece.

Vinete marinate. Se aleg vinete tinere și proaspete, se spală și se taie felii rotunde groase de 1 cm. Feliile se pot prăji pe plită sau în ulei, pe ambele părți. Pe fundul borcanului se pune un strat de frunze de țelină și pătrunjel, apoi un rînd de vinete, apoi iar verdeață, repetînd mereu pînă se umple borcanul. Se adaugă cîțiva căței de usturoi.

Se fierbe oțet cu sare (50 g la 1 litru oțet) se răcorește și se toarnă peste vinete. Deasupra, se pun legate într-un săculeț mic boabe de muștar. Se leagă borcanul cu celofan. După 10 zile se fierbe din nou oțetul, se răcește, se potrivește de acru și sărat și se toarnă peste vinete. Se închid ermetic borcanele cu celofan și se păstrează la rece.

Conopidă marinată. Se alege conopida proaspătă, albă și deasă. Se desface buchete, se curăță de frunzele verzi și de cotoare și se opărește în apă fără sare. Se scurge bine, se așază într-un lighean smălțuit și se toarnă deasupra oțet fierbinte. A doua zi se scurge oțetul, se amestecă cu apă (25%) și se fierbe din nou cîteva minute. După ce s-a răcit, se toarnă peste conopida așezată în borcane. Se acoperă borcanele cu celofan și se păstrează la loc uscat și răcoros. După 10 zile se controlează se potrivește oțetul de acru și sărat, se fierb din nou, se răcește și se toarnă peste conopidă. Se acoperă ermetic borcanele cu celofan, se păstrează la loc uscat și rece.

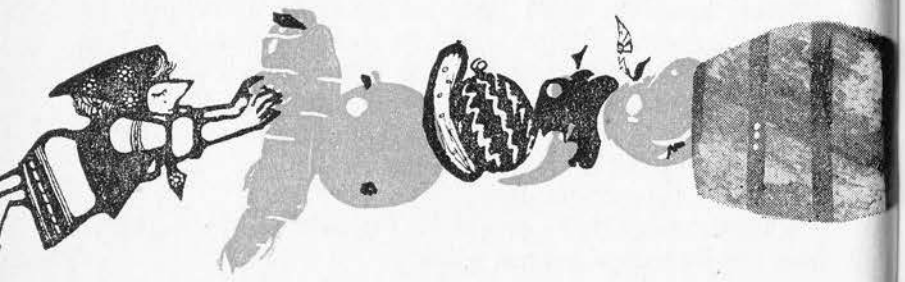
Conserve în saramură

Castraveți în saramură. Se aleg castraveți tineri și proaspeți. Se spală în apă rece și se taie puțin la capete. Separat se fierbe apă rece cu sare (30 g la 1 litru de apă). După ce a dat cîteva clocote se dă deoparte să se răcorească. Se așază castraveții în borcan sau putină, se pun printre ei căței de usturoi, hrean și ardei iuți, iar deasupra se acoperă cu crengi de mărar și foi de vișin. Se toarnă apă răcorită și se țin 2—3 zile în casă la căldură. Se vîntură zeama de 2—3 ori și apoi se țin la rece în pivniță. Se controlează din cînd în cînd și se curăță floarea după care se vîntură din nou zeama. Deasupra se pune un teasc de lemn cu o piatră curată care să țină castraveții sub apă.

Murături asortate. Se pregătește borcanul sau butoiul și se freacă înăuntru cu usturoi pisat.

Separat se spală castraveți, pepeni verzi mici, ardei lungi, ardei mici și iuți, conopidă, pătlăgele verzi, gogonele verzi și roșii, mere tari, 2—3 gutui, cîteva prune, morcov, țelină, pătrunjel, toate proaspete și nevătămate. Se pun toate în butoi sau în borcan, iar deasupra se pun frunze de vișin și mărar uscat. Se toarnă o saramură cît să cuprindă bine murăturile. Se acoperă bine borcanul sau se înfundă butoiul și se ține la pivniță.

Varză acră la butoi. Se spală și se opărește bine butoiul și se așază pe butuci într-o pivniță uscată. Se aleg verze îndesate și sănătoase, dar nu prea mari. Se îndepărtează frunzele veștede, se crestează cruciș în partea cotorului, scobindu-l puțin cu cuțitul. În fiecare scobitură se pune puțină sare. Se așază varza rînduri în butoi. La 100 verze se adaugă vreo doi pumni de grăunțe de porumb, 2—3 fire de hrean și 3—4 gutui frumoase. Separat se pregătește saramura cu 40 g sare la 1 litru apă. Se toarnă peste varză, punînd deasupra un teasc făcut din scînduri cu o piatră mare bine spălată. După 2—3 zile, varza se lasă și se mai adaugă cîteva verze pînă se umple iarăși butoiul. După 2 zile se pritocește (vîntură zeama) lucru care se repetă pînă se murează varza, la fiecare 2—3 zile. Prin cana se lasă să se scurgă zeama într-o oală mare. Cînd oala e plină se răstoarnă peste varză în butoi, repetînd de cîteva ori pînă ce toată zeama a fost vînturată. După 4—5 săptămîni varza e murată. Dacă cu timpul se formează floare deasupra, aceasta trebuie bine



curățată, iar teascul se spală. În felul acesta varza se păstrează tare. Pentru acrirea verzei în borcane, se taie varza ca fideaua așezînd-o în rînduri, presărate cu sare și cu felii de hrean.

Ardei umpluți cu varză. Se aleg ardei grași, frumoși și foarte proaspeți, se taie codița, se scot semințele și vinele din ardei, care de obicei sînt iuți. Se spală ardeii și se așază cu gura în jos ca să se scurgă și să se zvînte. Se taie mărunt varză albă, care se amestecă cu morcov, pătrunjel, păstîrnac și rădăcină de țelină, tăiate subțiri ca fideaua. Se freacă totul cu sare, pînă lasă zeamă. Ardeii se opăresc, se umplu cu compoziția de mai sus după care se așază bine îndesați în borcane. În acest timp se fierbe apă în clocot, se răcește și se pune caldă, dar nu fierbinte peste ardei. Se pun 200 g sare la 10 kg de varză socotind și sarea pusă la zarzavat.

Zeama scursă în timp ce se freacă varza și zarzavatul se adaugă în borcane înainte de a turna apa caldă.

Vinete murate. Se iau vinete potrivit de mari, se spală, se curăță de codițe și de frunzulițe, se despică în lung în două jumătăți, se așază în borcane adăugînd tarhon, țelină și pătrunjel. Se acoperă apoi cu o saramură făcută din 7 g sare la 1 litru de apă. Borcanele umplute se închid ermetic cu celofan și se păstrează la rece. Se pot consuma după șase săptămîni.

Esență de zarzavat pentru supă. 3 kg morcovi, 2 kg ceapă, 2 kg roșii, 1 kg pătrunjel, 5 țeline, 6 ardei, 1 kg varză albă, sare. Tot zarzavatul se spală, se curăță, se taie bucăți și se dă prin mașina de tocat. Se amestecă bine cu sare, apoi se pune în borcane mici, apăsînd bine cu mîna ca să nu rămînă goluri. Se toarnă în fiecare borcan un strat gros de ulei, se acoperă cu celofan și se leagă. Se păstrează la rece. Se întrebuințează pentru supe și ciorbe, cîte o linguriță la 1 kg de apă.

Gogoșari și ardei gen bulion. Se iau 1 kg gogoșari și 1 kg ardei lungi, se spală, se taie în două, se îndepărtează cotorul, se scutură de semințe și se dau prin mașina de tocat. Se ames-

tecă bine cu 300 g sare și se așază în borcane. Se leagă cu celofan. Se folosește la prepararea ciorbelor și sosurilor. Acestea se sărează după ce s-a pus bulionul.

Conopidă și morcovi în saramură. Se curăță conopida și se desface în buchețele. Se curăță morcovii și se taie rondele ceva mai groase. Se așază la fundul borcanului foi de viță, foi de țelină și puțin mărar. Apoi se așază conopida și morcovii, iar deasupra se mai pune puțină foaie de țelină și mărar. Se fierbe cantitatea necesară de apă cu sare (40 g sare la 1 litru apă), se pun cîteva boabe de piper la fiert și se lasă să se răcească puțin. Se toarnă în borcan și se leagă cu celofan. Se ține la căldură pînă se limpezește apa. Se păstrează la rece.

Ciuperci în saramură. Se aleg ciuperci mici și albe. Se curăță și se taie vîrful piciorului. Se spală bine dar repede în mai multe ape reci. Se opăresc în apă cu sare (1 g sare la 1 litru de apă) timp de 10 minute, pînă se înmoaie iar spuma ce se formează este albă și curată. Se scurg și se așază în borcane mici. Se acoperă bine cu apă fierbinte care a fost mai întîi fiartă cu puțină sare. Se închid borcanele cu celofan și se fierb în baie de apă, în două zile cîte 3/4 oră.

Conservarea legumelor în stare proaspătă

Păstrarea legumelor în stare proaspătă se poate face în grădină, pivniță sau în cămară.

În grădină se pot păstra pe brazde, varza, salata, spanacul pătrunjelul etc. Cînd dă gerul se acoperă brazdele cu paie sau cu frunze uscate.

În pivniță și cămară uscate și bine aerisite se pot păstra cartofii, ceapa, rădăcinoasele, varza, conopida, roșiile și altele.

— Cartofii curați și bine uscați se păstrează în lăzi cu șipci așezate pe picioare de cărămizi, la loc întunecos dar bine aerisit. Lăzile se pun departe de perete ca să poată circula aerul în jurul lor. Se controlează din cînd în cînd eliminîndu-se cartofii stricați. Dacă aceștia se vor scoate prin partea de jos a lăzii nu vor încolți deoarece rostogolindu-se mereu cartofii se vor aerisi.

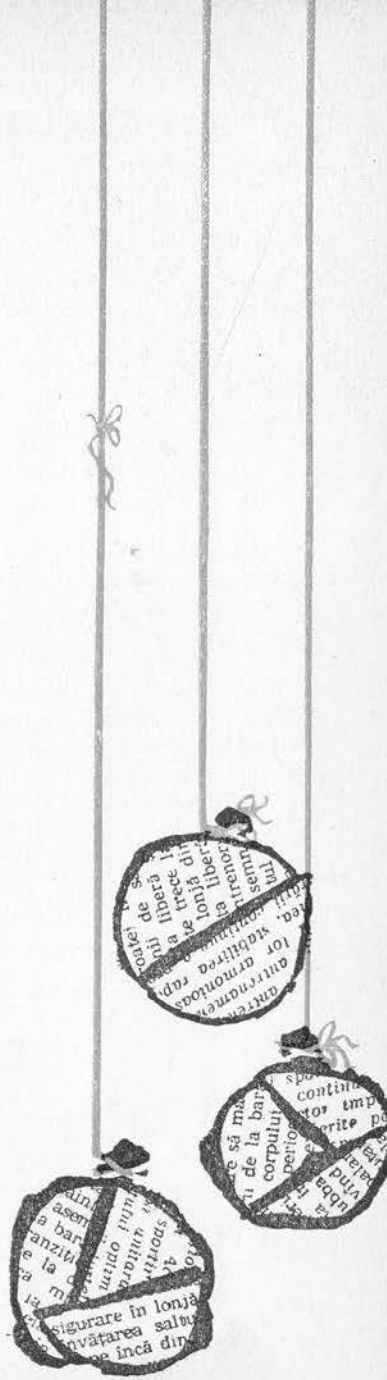
— Ceapa se păstrează în funii nu prea lungi atîrnate în cămara rece, în pod lîngă hornul casei sau în pivnița bine uscată. Pe timpul gerurilor mari se învelește cu saci.

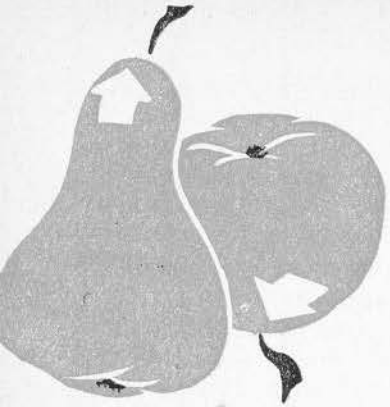
— *Rădăcinoasele*, adică morcovul, pătrunjelul, păstîrnacul, țelina, ridichile, sfecla etc. se curăță de frunze, răsucindu-le. Se curăță de pămînt fără a le spăla și se zvîntă puțin la soare. Se aleg cu grijă, înlăturîndu-se rădăcinile vătămate. Se păstrează bine în lăzi îngropate în nisip, în așa fel încît să nu se atingă între ele. Rădăcinile nu se așază în picioare întrucît dau frunze pierzîndu-și gustul.

— *Varza* se păstrează pe rafturi așezate în 3—4 rînduri una peste alta. Căpățînile se pun cu tăietura coceanului în sus.

— *Conopida* se înfășoară în foile ei, se învelește în hîrtie, se leagă și se atîrnă de cotor de tavanul pivniței. Dacă cotorul e scurt se presară pe tăietură cu cenușă sau cu var. Tot așa se poate păstra și varza albă sau roșie.

— *Roșiile* înainte de a se pîrgui se smulg cu vrejuri cînd dă frigul, înainte de brumă și se pun la loc uscat, unde se coc și se păstrează bine. Fructele necoapte se culeg cu codițe, se așază în nisip, rumeguș, pleavă sau hîrtie, în lădițe și se țin în încăperi aerisite și bine uscate. Se controlează des.





— *Ardeiul* se păstrează bine înfășurat în hîrtie sau ținut în cenușă uscată, nisip sau rumeguș, în lădițe. Se controlează des.

— *Usturoiul* se ține în pivniță, în funii sau legat în mănunchiuri. Nu se ține în pod, întrucît se usucă prea mult. Pentru păstrare în stare proaspătă se aleg legume, bune, mari, frumoase și nevătămate. Se culeg pe vreme uscată și pînă nu dă bruma.

Conservarea fructelor

Fructele se conservă în diverse feluri:
— prin fierbere — sub formă de dulceață, șerbet, jeleu, sirop, suc, compot, gem, marmeladă;
— prin uscare;
— în stare proaspătă.

Indiferent de felul de conservare folosit, fructele trebuie să fie proaspete și bine cojite și sănătoase.

Pentru reușita conservelor și pentru valorificarea integrală, fructele se sortează astfel:

— fructele de calitatea I, potrivit de coapte și de mari, sînt folosite pentru dulceață și compot;

— fructele de calitatea a II-a bine coapte și nezdrobite se folosesc pentru gem și pentru uscat;

— fructele de calitatea a III-a, foarte bine coapte, moi și zdrobite se folosesc pentru jeleuri, marmeladă, sirop, șerbet, suc etc.

SĂNĂTATEA COPIILOR NOȘTRI

Părinții doresc — și acesta este lucrul cel mai firesc — să aibă copii normal dezvoltați și sănătoși.

Aceasta nu se poate realiza însă întîmplător și oricum! Dacă venirea pe lume a copilașului mult dorit constituie fericirea părinților și a familiei, preocuparea viitorilor părinți pentru copil nu trebuie să înceapă abia din momentul nașterii lui! După cum agricultorul, preocupat de obținerea unei recolte bune, se îngrijește de alegerea semințelor, de semănatul la timp și de efectuarea lucrărilor agricole în condițiile cerute de agrotehnică, tot așa viitorii părinți trebuie să se preocupe de copilul pe care îl vor avea, încă dinainte de nașterea lui.

Ei trebuie să se prezinte la medic să-și consulte sănătatea, să-și facă analizele necesare, printre care și reacția Wassermann, care este obligatorie la căsătorie. În felul acesta se pot lua din vreme anumite măsuri pentru evitarea transmiterii la copil a vreunei boli a părinților.

Este de asemenea necesar ca în timpul celor 9 luni cît în mod normal copilul se află în pîntecele mamei, acesta să fie apărat de unele îmbolnăviri care pot să-i tulbure creșterea și dezvoltarea normală, sau care pot să provoace nașterea înainte de termen — adică să fie un prematur — sau chiar să aibă loc un avort.

Din acest punct de vedere, îngrijirea copilului în viața intrauterină corespunde în cea mai mare măsură cu îngrijirea atentă a sănătății gravidei. Gravida trebuie să asculte și să urmeze sfaturile medicului și ale moașei, pentru că numai astfel sănătatea ei — și prin aceasta și a copilului din pîn-

tece — nu vor fi tulburate. Totodată se va putea asigura naşterea la termen a unui copil normal dezvoltat şi sănătos.

Naşterea în „casa de naşteri" sau la „maternitate" are loc în condiţii normale, fără urmări nedorite pentru mamă sau pentru copil.

După naşterea lui, copilul abia venit pe lume, lipsit de puterea de a se apăra contra bolilor, de a se hrăni şi de a se îngriji singur, are nevoie de îngrijiri speciale, cu atît mai atente cu cît este de o vîrstă mai mică.

Printre aceste îngrijiri se urmăreşte să se asigure:

— creşterea şi dezvoltarea lui normală, atît din punct de vedere fizic, cît şi psihic şi intelectual, cu alte cuvinte copilul să aibă nu numai trupul normal dezvoltat ci şi mintea;

— evitarea pericolelor care îl pîndesc din toate părţile din momentul venirii lui pe lume, şi în primul rînd evitarea duşmanului celui mai des întîlnit; infecţiile.

Pentru realizarea acestora este necesar:

— să se asigure copilului alimentaţia cea mai potrivită, care să corespundă nevoilor lui, dar şi posibilităţilor lui de a digera alimentele ce i se dau;

— să i se aplice anumite reguli igienice, de altfel destul de simple, privind igiena corporală a copilului şi a mediului în care el trăieşte;

— să se aplice măsurile profilactice care pot preîntîmpina îmbolnăvirea lui; în primul rînd să i se facă la timp toate vaccinările care îl pot feri de unele boli contagioase;

— să se asigure „călirea" organismului copilului pentru a-i mări rezistenţa la îmbolnăvire.

Respectarea celor de mai sus va face posibilă realizarea dorinţei părinţilor: copil normal dezvoltat şi sănătos!

Alimentaţia sugarului şi copilului mic. Pentru creşterea şi dezvoltarea normală, ca şi pentru menţinerea stării de sănătate, este necesar ca *sugarul* (adică copilul pînă la 1 an) şi *copilul mic* (adică copilul între 1—3 ani) să primească o *alimentaţie raţională.*

Prin aceasta se înţelege administrarea unor alimente care conţin substanţele necesare creşterii şi dezvoltării organismului şi pe care tubul digestiv le poate digera în cele mai bune condiţii.

Sucurile digestive, care intervin în digestia alimentelor la copiii mici, şi mai ales la sugari, au o activitate mai slabă decît la copiii mari sau la adulţi. Aceasta explică de ce copiii mici şi mai ales sugarii nu pot să tolereze orice alimente şi în orice cantităţi.

Alimentul cel mai potrivit pentru sugarul din primele 5—6 luni din viaţă este laptele mamei *(alimentaţie naturală).*

În laptele mamei sugarul găseşte toate substanţele care îi asigură creşterea normală: proteine, grăsimi, glucide, săruri, minerale şi unele vitamine. Faptul că acestea se găsesc în laptele mamei în anumite proporţii, care corespund nevoilor sugarului şi în cantităţile necesare, precum şi faptul că este lipsitde microbi şi uşor digerat, explică de ce laptele mamei este cel mai potrivit pentru sugar.

Cu toate acestea nici în laptele mamei şi nici în altfel de lapte nu se găseşte cantitatea de Vitamina D, care să preîntîmpine îmbolnăvirea sugarului de rahitism. De aceea, sugarii la vîrsta de 1—1 1/2 lună trebuie să primească vitamina D, în injecţii sau în picături, după sfatul medicului.

Dacă sugarul, în primele 4—5 luni de viaţă, nu găseşte suficient lapte la sînul mamei, este necesar să i se completeze hrana cu lapte de vacă sau cu lapte praf *(alimentaţie mixtă).*

Sugarul, care în primele 4—5 luni de viaţă nu primeşte deloc lapte matern, ci este hrănit cu lapte de vacă, lapte praf sau alte preparate din lapte, se spune că primeşte o *alimentaţie artificială.*

Laptele de vacă nu este însă potrivit pentru copil, deoarece el are altă compoziţie, mai greu de digerat. De aceea, la sugarii pînă la vîrsta de 4 luni se dă diluat (amestecat) cu ceai, cu apă sau de decoct (zeamă de orez) în anumite proporţii, după cum sugarul este în prima lună de viaţă, a 2-a sau a 3-a. Laptele de vacă se poate infecta cu anumiţi microbi, fie de la vacă, dacă este bolnavă, fie în timpul preparării lui, sau după aceea, pînă ce sugarul îl consumă. Pentru aceste motive, alimentaţia artificială şi alimentaţia mixtă nu se pot face la întîmplare, ci numai după sfatul medicului sau al moaşei. Altfel pot să apară îmbolnăviri serioase ale sugarului.

Cînd copilul împlineşte vîrsta de 5—6 luni, laptele nu mai este corespunzător şi nu poate acoperi nevoile sugarului.

De aceea, în alimentația lui se introduc treptat și cu multă grijă și alte alimente. Aceasta se numește *diversificarea alimentației*. Astfel, între 5—6 luni i se pot da supe și pireuri de legume și făinoase (griș, biscuiți) cu lapte; între 6—7 luni se poate adăuga supa de carne slabă (de pui, de găină, vițel, vită), iaurt, brînză de vaci, puțin unt proaspăt. Suc de fructe (de lămîie, portocale, morcovi cruzi rași), i se dau încă de la 2 luni, iar de la 5—6 luni i se pot da și unele fructe (mere crude rase).

De la 7—8 luni se introduce și gălbenușul de ou, iar de la 9 luni carne slabă fiartă și tocată mărunt sau ficat de pui fiert.

Pe măsură ce se introduc noile alimente, cantitatea de lapte primită de la sînul mamei se reduce, astfel încît între 9—12 luni sugarul este *înțărcat*, adică nu mai primește deloc lapte de la sînul mamei.

Înțărcarea ce face deci treptat, nu brusc, după ce sugarul a împlinit vîrsta de 9 luni; nu se face însă în timpul călduros de vară, sau dacă copilul este bolnav. Chiar și *după ce copilul a împlinit vîrsta de 1 an*, este necesar ca alimentația lui să fie supravegheată în continuare de părinți, pentru ca să corespundă nevoilor lui și posibilităților de digestie. Copilul de 1 an are 8 dinți; numărul lor sporește treptat, astfel încît la 2 1/2—3 ani el are *dentiția de lapte* completă (20 de dinți și măsele). Aceasta permite ca în alimentația lui să se introducă alimente din ce în ce mai consistente și cît mai variate, iar modul lor de pregătire se va apropia treptat de modul de pregătire a hranei pentru părinți. Este necesar să se dea copilului între 1—3 ani numai 4 mese pe zi, la ore fixe. Între mese nu i se va da nimic pentru a nu i se tăia pofta de mîncare. Cantitatea de alimente pe care copilul de 1—3 ani urmează să o primească zilnic trebuie să corespundă indicațiilor medicului.

Cîntăritul cu regularitate al sugarului (cel puțin o dată pe lună) și al copilului mic (cel puțin o dată la 2 luni) ne arată dacă el primește hrana corespunzătoare, căci copilul corect hrănit cîștigă regulat în greutate. De asemenea, lipsa diareei și a vărsăturilor constituie un semn care arată că hrănirea lui se face corect.

Alimentația sugarului și copilului mic nu trebuie să se facă la întîmplare, după sfaturile unor persoane nepricepute, sau după pofta copilului. Medicul și sora de ocrotire sînt singurii indicați să sfătuiască părinții cu privire la alimentația sugarului și copilului mic.

Distrofia. Sugarul și copilul mic, care crește și se dezvoltă normal, se numește eutrofic. Opus stării de eutrofie, este distrofia.

Copilul distrofic este rămas în urmă în greutate și în lungime. Grăsimea de sub piele (țesutul adipos subcutanat) pe torace, abdomen și membre, scade treptat, astfel încît pielea se încrețește și atîrnă. În formele avansate de distrofie, dispare chiar și grăsimea de pe față, astfel încît aspectul încrețit și slab al feței copilului este de bătrîn. Copilul distrofic rezistă puțin la infecții; de aceea se îmbolnăvește des, în special de plămîni (bronhopneumonie) și urechi (otită și otomastoidită); de asemenea se îmbolnăvește ușor de diaree, care agravează distrofia; toate acestea sînt stări de boală din care cu greu poate fi scos.

Distrofia poate fi însă prevenită. Pentru ca un sugar sau un copil mic să nu devină distrofic, trebuie să aibă o alimentație corectă (alimentația naturală împiedică apariția bolii); cînd sugarul este hrănit mixt sau artificial, alimentația lui trebuie să fie alcătuită după sfatul medicului sau al sorei de ocrotire.

Distrofia putînd fi determinată și de îmbolnăvirile copilului, se înțelege că este necesar ca orice stare de boală să fie tratată de către medic, imediat ce copilul s-a îmbolnăvit.

Lipsa de îngrijire a sugarului, cum ar fi ținerea lui în permanență într-o cameră întunecoasă și neaerisită, în care se mai și fumează, sau faptul că nu i se face baie zilnic, slăbesc rezistența organismului copilului și favorizează apariția distrofiei.

Să nu uităm! Copilul trebuie să crească în greutate cu cîte 750 g în fiecare lună în primele 4 luni de viață, cîte 500 g în fiecare lună din luna a 5-a pînă în luna a 9-a și apoi cîte 250 g pe lună pînă la 2 ani, iar de la 2 ani la 3 ani, cîte 150—200 g pe lună.

Rahitismul. Rahitismul este o boală datorită lipsei vitaminei D. Copilul trebuie să primească această vitamină din alimentele care i se dau. Trebuie să știm însă că laptele ma-

mei nu are cantitatea de vitamină D de care copilul are nevoie. Laptele de vacă conține și mai puțină vitamina D. Alte alimente care mai conțin această vitamină, cum sînt gălbenușul de ou, untul, se dau copilului în mod obișnuit abia după 6 luni și în cantități care nu pot să-i acopere necesarul.

Dacă organismul sugarului este lipsit de vitamină D mai mult de 1—1 1/2 lună după naștere, atunci pot să apară primele semne de rahitism, cum sînt stările de agitație, de neliniște, fără ca el să fie bolnav sau să aibă febră, precum și transpirațiile uneori abundente, mai ales la cap. Curînd, după vîrsta de 3—4 luni, oasele craniului se înmoaie și capul se deformează. Dacă nu se iau măsurile necesare, apar și alte semne: copilul nu-și ține capul cînd este susținut, oasele pieptului se deformează; mai tîrziu, adică pe la 5—6 luni, din cauza slăbiciunii mușchilor, el nu se poate ține în „șezut", nu se poate ridica și ține pe picioare la 8—9 luni, nu poate păși la 1 an; dinții nu încep să apară între 6—8 luni, cum este normal; oasele gambelor se curbează; ganglionii se măresc, adeseori și splina și ficatul; din cauza bolii suferă întregul organism și rezistența la îmbolnăviri, în special la infecții, este foarte scăzută. *Rahitismul este deci o boală serioasă în care suferă întregul organism.*

Rahitismul poate fi prevenit.

Pentru ca sugarul să nu se îmbolnăvească de rahitism este necesar să i se dea vitamina D încă de la vîrsta de 1—1 1/2 lună, dacă el a fost născut la termen, sau chiar de la 3—4 săptămîni, dacă a fost născut înainte de vreme (prematur).

Cantitatea de vitamina D ce trebuie dată va fi prescrisă de medic.

Alimentația la sîn, în primele luni de viață, îngrijirile igienice, scosul la timp la aer și soare, întăresc acțiunea vitaminei D.

Razele ultraviolete ale soarelui pot să acționeze asupra pielii copilului și să transforme în vitamina D o substanță aflată în piele, numită provitamină. De aceea, „baia de soare" este utilă în prevenirea rahitismului. Această „baie de soare" trebuie făcută însă în anumite condiții și numai după sfatul medicului sau al sorei de ocrotire — altfel poate fi dăunătoare.

Călirea organismului. Prin „călirea" organismului se urmărește „fortificarea" lui, pentru ca acesta să reziste la îmbolnăviri sau, dacă totuși s-a îmbolnăvit, să suporte mai ușor boala. Deci, călirea organismului este necesară nu numai pentru sugarii și copiii sănătoși, ci și a celor distrofici sau slăbiți de anumite boli.

Pentru călirea organismului se folosesc factorii naturali de mediu: aer, apă, soare la care se pot adăuga exercițiile fizice (gimnastică) și masajul.

Călirea organismului se face treptat, gradat și progresiv, sistematic și continuu, începînd încă din primele săptămîni de viață.

Este de asemenea necesar ca *factorii* prin care se călește organismul copilului *să se folosească în complex*, și ținînd seama de modul *cum reacționează copilul*. De aceea, mijloacele și metodele de călire trebuie *individualizate* pentru fiecare copil în parte.

Mijlocul cel mai la îndemînă pentru călire este scoaterea la *aer*. Oxigenul din aer asigură respirația, fiind absolut necesar pentru menținerea vieții și a stării de sănătate; el stimulează de asemenea circulația sîngelui, digestia și nutriția, precum și alte funcții importante ale organelor și aparatelor, din care este alcătuit corpul.

Copilul va fi scos la aer, în timpul cald de la vîrsta de 2—3 săptămîni, iar iarna, după 4 săptămîni, dacă vremea este liniștită, fără vînt, ploaie, lapoviță, ninsoare, iar temperatura aerului nu este scăzută (—5°). Desigur că el va fi îmbrăcat potrivit vremii și prima plimbare la aer nu va fi mai lungă de 5—10 minute, pentru ca în zilele următoare ședereа în aer liber să se prelungească treptat.

Înainte de prima zi de scoatere la aer, copilul va fi ținut în dreptul ferestrei deschise, bine îmbrăcat, pentru obișnuință.

Dacă vremea este nefavorabilă — plouă, este vînt, sau temperatura aerului este sub — 10°, sugarul nu va fi scos la aer, ci va fi ținut în casă, deschizîndu-se ferestrele cît mai des, pentru ca aerul din casă să se împrospăteze.

Este cu totul greșit să se creadă că ținînd copilul în casă îl ferim de răceli. Din contra, prin aceasta îi scădem rezistența și cînd va fi scos afară, va răci ușor.

Şi copilul bolnav are nevoie de aer. De aceea, deschiderea ferestrelor şi aerisirea cît mai des a camerei constituie un factor de însănătoşire.

Băile de aer, adică menţinerea sugarului şi copilului mic complet dezbrăcat, în aer liber, se pot începe de la vîrsta de 3 luni şi se vor face numai după sfatul medicului şi al sorei de ocrotire.

Alt factor natural de călire este *călirea prin apă*. Baia zilnică de curăţenie, urmată de duş, adică stropire sau clătire cu apă ceva mai rece decît apa băii, se va face de la vîrsta de 2—3 luni. Nu trebuie să se exagereze cu apa prea rece, deoarece în loc să ajute copilului poate să favorizeze îmbolnăvirea lui. Dimpotrivă, aplicate corect, băile de apă fortifică organismul.

Soarele este un alt factor natural de călire a organismului. Razele solare stimulează circulaţia sîngelui, respiraţia, favorizează digestia şi nutriţia, iar razele ultraviolete solare transformă provitamina D din piele în vitamina D care are rolul de a preveni rahitismul.

Baia de soare — adică menţinerea sugarului dezbrăcat în soare — se va face însă cu prudenţă şi numai după indicaţiile medicului, pentru a nu produce accidente grave ca insolaţie sau arsuri.

Sugarul mic beneficiază însă indirect de razele solare, dacă fiind corect înfăşat, deci cît mai puţin înfofolit, este plimbat cît mai mult afară în aer curat.

După vîrsta de 3—4 luni, se pot începe băile de soare, afară în aer liber.

Razele ultraviolete ale soarelui nu trec prin sticla de geam obişnuită; de aceea, este necesară deschiderea largă a ferestrelor.

Scopul băilor de soare nu este acela de a bronza pielea cît mai repede; aceasta se face treptat şi cu încetul; altfel, bronzarea sau înnegrirea puternică a pielii împiedică pătrunderea prin piele a razelor ultraviolete, deci efectul de prevenire a rahitismului.

Exerciţiile fizice (gimnastica) şi masajul au un efect stimulant asupra tuturor funcţiilor organismului, în special asupra sistemului nervos.

De aceea ele fac parte din complexul de factori ce trebuie folosiţi pentru călirea organismului. Exerciţiile fizice (gimnastica) şi masajul trebuie începute chiar de la vîrsta de 2—3 luni, pentru sugarii sănătoşi şi normal dezvoltaţi.

Prin aceste mijloace simple — aer, apă, soare, gimnastică, masaj — aplicate raţional, sistematic, progresiv şi continuu — reuşim să creştem rezistenţa organismului sugarului şi copilului să-i menţinem starea de sănătate, sau să îl ajutăm să se vindece mai uşor, cînd totuşi s-a îmbolnăvit.

Folosirea acestor mijloace trebuie să se facă corect şi numai după sfatul medicului şi al sorei de ocrotire.

Bolile transmisibile sau molipsitoare se datorează pătrunderii în organism a microbilor sau a virusurilor respectivi.

Aceste boli se pot transmite direct de la un bolnav la copilul sănătos; dar se pot transmite şi prin aer, apă, sau obiecte diferite, contaminate de persoana bolnavă.

Infectarea organismului copilului se poate face pe cale respiratorie, pe cale digestivă sau prin piele şi mucoase.

Trebuie ştiut că din momentul infectării organismului şi pînă apar primele semne de boală trece un timp mai lung sau mai scurt, variabil pentru fiecare boală în parte, numit *perioada de incubaţie*. În acest timp, copilul deşi este infectat nu prezintă nici un semn de boală. Apoi apar de obicei cîteva semne care prevestesc apariţia bolii: aceasta este *perioada de invazie*, cînd copilul devine contagios (pentru alţii) şi cînd trebuie izolat de alţi copii. Medicul trebuie chemat de îndată ca să ia măsurile necesare. Copilul este contagios pe toată perioada bolii, pînă la vindecare. Pentru cîteva boli, el poate să rămînă *purtător de microbi*; în acest caz, împrăştie boala şi se pot îmbolnăvi şi alţi copii.

După vindecare, cele mai multe boli contagioase lasă o anumită *imunitate* solidă, rezistenţă definitivă, adică copilul nu se mai îmbolnăveşte niciodată de acea boală. Pentru altele (de exemplu scarlatina), imunitatea este slabă, astfel încît copilul se va putea îmbolnăvi din nou, de aceeaşi boală, după un anumit timp. În timpul bolii şi la terminarea ei trebuie să se facă *dezinfecţia* pentru a se distruge microbii bolii.

Bolnavul de o boală contagioasă trebuie izolat la domiciliu sau pentru unele boli la spitalul de boli contagioase, pe timpul necesar, pentru a nu împrăştia boala. În tot acest timp, el trebuie să fie supravegheat în permanenţă de medic, care îi va prescrie tratamentul şi regimul alimentar, pentru a se evita complicaţiile care altfel se pot ivi.

Bolile transmisibile care se transmit pe cale respiratorie direct de la bolnav, sau prin aerul contaminat sînt: *rujeola* (sau pojarul), *rubeola*, *varicela* (sau vărsatul de vînt), *scarlatina*, *difteria*, *tusea convulsivă* (măgărească), *oreionul* (sau paratidita epidemică).

Bolile transmisibile care se transmit pe cale digestivă prin apă sau prin obiecte contaminate sînt: *dizenteria*, *febra tifoidă* și *paratifoidă*, *hepatita epidemică*, *poliomielita* (paralizia infantilă).

Bolile transmisibile care se transmit prin piele sînt: *tetanosul* și *antraxul* (cărbunele).

Izolarea bolnavilor, evitarea contactului copiilor sănătoși cu cei bolnavi și vaccinările obligatorii au făcut ca cele mai multe dintre aceste boli să dispară sau să fie pe cale de dispariție. De aceea este necesar ca părinții să prezinte copiii la vaccinări.

Vaccinările. Bolile contagioase sau transmisibile sînt produse de microbi sau de virusi.

Din momentul în care microbul sau virusul pătrunde în organism, începe o luptă între aceștia. Dacă va învinge microbul, corpul se va îmbolnăvi. Dacă va învinge organismul, copilul nu va fi atins de boală.

În primele două-trei luni de viață, sugarul mai are în corpul lui *anticorpi*, substanțe transmise de la mamă, care îl pot apăra în acest timp de unele îmbolnăviri. Așa este de exemplu cazul pentru pojar. Dar și acești anticorpi dispar după primele luni de viață din organismul sugarului.

Astfel încît pentru a preveni îmbolnăvirea de anumite boli contagioase nu rămîne decît sau să distrugem microbul sau virusul înainte de a pătrunde în organism, sau să mărim rezistența organismului copilului, prin mijloacele de călire cunoscute (apă, aer, soare, gimnastică); dar mai bine este să-i creem *o rezistență specifică* față de o anumită îmbolnăvire. Aceasta se poate realiza prin *vaccinuri*. Prin vaccinare contra unei anumite boli contagioase, organismul își fabrică *anticorpii specifici* respectivi, care îl *imunizează* și fac să nu se mai îmbolnăvească de acea boală. Alteori, chiar dacă se îmbolnăvește, face o formă ușoară de boală.

Această imunitate obținută prin vaccinare nu este însă pentru toată viața, așa cum se întîmplă cu imunitatea obți-

nută prin îmbolnăvire de unele boli contagioase (de ex. rujeola, varicela ș.a.).

De aceea, copiii trebuie *revaccinați* la anumite perioade, pentru ca imunitatea, adică rezistența lor să crească din nou.

Bineînțeles că aceste vaccinări și revaccinări ale copiilor se fac în anumite condiții. Trebuie, în primul rînd, ca ei să fie sănătoși în momentul vaccinării. Vaccinările și revaccinările se fac de asemenea într-o anumită ordine și la o anumită vîrstă a copilului. De exemplu, vaccinarea contra tuberculozei se face chiar de la 7—8 zile, la noul născut la termen, sănătos, vaccinarea antivariolică (contra vărsatului), se face după 4—6 luni etc. La noi în țară se fac la copii vaccinări obligatorii contra: tuberculozei, variolei (vărsatul negru), difteriei, tetanosului (fălcarița), tusei convulsive (tusea măgărească), poliomielitei (paraliziei infantile), febrei tifoide și paratifoide.

Datorită acestor vaccinări, unele boli ca variola au dispărut complet; altele, ca difteria, tetanosul, poliomielita sînt pe cale de dispariție și acum ele dau foarte rareori îmbolnăviri și numai la cei nevaccinați.

Vaccinările făcute conform indicațiilor medicale nu dau accidente; *ele apără însă de îmbolnăviri grave, chiar mortale.*

Viermii intestinali. *Viermii* sau *paraziții intestinali* sînt viețuitoare care trăiesc în intestinele oamenilor. Unii dintre acești paraziți sînt vizibili abia la microscop; alții sînt mici, dar vizibili cu ochiul liber; alții ating dimensiuni mai mari, 10—15 cm (ascarizii sau limbricii) sau chiar cîțiva metri (panglica sau tenia).

Paraziții intestinali se pot întîlni la oamenii de toate vîrstele, dar cel mai frecvent se întîlnesc la copiii trecuți de vîrsta de 1 an.

Ei infectează organismul copilului prin înghițire de ouă sau chisturi ale paraziților, o dată cu alimentele (în general fructele și legumele) care nu sînt foarte bine spălate, cu multă apă; alteori se îmbolnăvesc consumînd carne (de vită, de porc) sau pește insuficient fiert sau fript. Ouăle de *oxiuri* se pot transmite direct dacă copilul sănătos vine în contact cu degetele mîinilor unui copil care are oxiuri. Aceasta se explică prin faptul că oxiurii care trăiesc în partea terminală a intestinului gros, părăsesc rectul mai ales în timpul nopții,

pentru a depune ouăle în jurul anusului. Aceasta produce mîncărimi, ceea ce face pe copil să se scarpine și să ia ouăle în unghii. Dacă el duce mîna la gură poate să înghită aceste ouă și să se infecteze din nou (autoinfectare), sau dacă se joacă cu un copil și duce degetele la gura acestuia, îi transmite aceste ouă.

Pentru fiecare parazit intestinal modul de infectare este diferit.

Ascarizii sau *limbricii* sînt viermii lungi de 15—30 cm, rotunjiți și ascuțiți ușor la capete. Ei trăiesc în intestinul subțire unde depun ouăle. O dată cu materiile fecale, ouăle ajung pe pămînt, de aici în praf, sau în apă, și cu acestea pe fructe și legume. De pe mîinile murdare de praf sau pămînt, sau din alimentele sau apa contaminată, ouăle ajung în intestin unde se transformă în larve și de acolo, prin circulația sangvină, ajung în plămîni, apoi prin tuse în gură, de unde fiind înghițite, ajung din nou în intestine unde se transformă în viermi.

Oxiurii sînt viermi albi, foarte mici de cîțiva milimetri lungime, cel mult 1—1,5 cm. Copilul se infectează fie mîncînd alimente sau bînd apă în care se găsesc ouă de oxiuri, fie după modul arătat mai înainte.

Tricocefalul este de asemenea un viermuș mic, care trăiește în intestinul gros. Ouăle eliminate o dată cu fecalele pe pămînt, prin praf sau apă ajung la alimente și sînt înghițite de copil o dată cu aceștia.

Teniile sînt viermi lați, turtiți, ca o panglică. Unele sînt mici, de cîțiva centimetri, altele lungi, de cîțiva metri. Corpul lor este format din mai multe segmente numite *proglote*, care conțin ouă și care se elimină prin fecale sau ies și singure din intestin în timpul cît copilul nu elimină fecale.

Ouăle sînt înghițite de anumite animale (bovine, porcine) sau de un anumit fel de pește. În organismul acestora, ouăle se transformă în larve. Dacă omul consumă carnea acestora, insuficient fiartă sau friptă, larvele ajunse în intestin se dezvoltă în viermi adulți.

Pentru o anumită tenie foarte mică (himenolepis nana) nu este nevoie de gazdă intermediară (animal), infecția putînd să se facă direct cu ouăle înghițite, care au fost eliminate de bolnav o dată cu fecalele și au contaminat alimentele sau apa.

Lambia sau *giardia* este un parazit mic, vizibil numai la microscop. Se elimină din intestinul subțire unde trăiește sub forma de chisturi, o dată cu fecalele. Omul se infectează înghițind alimente sau apă contaminată de aceste chisturi.

Copilul poate să fie infectat de mai multe feluri de paraziți intestinali deodată, ceea ce va face ca suferința lui să fie mai accentuată.

Paraziții intestinali determină la copii dureri abdominale cronice, pierderea poftei de mîncare, diaree și mai rar constipație, anemie, nutriție proastă, slăbire. Alți paraziți pot să dea și alte tulburări: erupții diferite de piele, meningite la unii copii sau apendicite prin astuparea apendicelui, ocluzii intestinale (cu semne de încurcătură de intestine, cu dureri abdominale, vărsături și evoluție proastă dacă nu se face tratamentul necesar de urgență).

Dată fiind frecvența mare în care se întîlnesc paraziții intestinali la copii și tulburările pe care le produc, este necesar să se facă tratamentul prescris de medic, pentru eliminarea lor. Dar mai importantă este prevenirea infectării copilului, ceea ce se poate face destul de ușor, prin respectarea unor simple reguli igienice.

În primul rînd vom întreține o curățenie exemplară la W.C. Paraziții eliminați spontan sau prin tratament vor fi arși sau omoriți cu apă fiartă. Legumele, zarzavaturile, fructele și salatele vor fi spălate cu multă apă înainte de a fi consumate. Carnea de porc, de vită sau de pește va fi bine fiartă sau friptă. Dacă fîntîna nu este bine construită, ceea ce poate face ca apa din ea să fie infectată, este bine ca apa să fie consumată numai după ce a fost bine fiartă.

Copilul va fi învățat să respecte o igienă individuală strictă. Astfel, unghiile vor fi tăiate cît mai scurt, i se va interzice să ducă degetele la gură și va fi obligat să se spele foarte bine pe mîini cu multă apă și săpun înainte de a mînca și întotdeauna după ce a folosit WC-ul. Dacă are oxiuri, copilul nu se va culca în pat cu alte persoane, deoarece le poate contamina.

Durerile abdominale. La sugari, pot să apară în timpul suptului sau imediat după supt dureri abdominale sub formă de crampe sau colici, care trec ușor dar se repetă. Uneori

sugarul elimină gaze pe gură sau pe anus și are un scaun apos, gălbui.

Aceste colici abdominale recidivante sau „răsuri" nu sînt periculoase, ele sînt însă supărătoare pentru copil. Pot fi eliminate în mare măsură dacă alimentația acestuia se face corect, la intervale de 3—3 1/2 ore între un supt sau un biberon și următorul și dacă după ce a mîncat, este ținut în brațe în poziție verticală 10—15 minute și bătut ușor pe spate ca să elimine o parte din aerul înghițit; apoi se recomandă să fie culcat pe partea stîngă 15—20 minute și după aceea, pe partea dreaptă, cît mai mult timp. Adeseori compresele calde puse pe abdomen au un efect calmant.

La sugari pot să apară însă brusc, în plină sănătate, dureri abdominale foarte violente, sub formă de colici sau crampe; ele sînt atît de puternice încît sugarul refuză să mai sugă; nu are scaune și pot să apară vărsături. În acest caz poate fi vorba de *o invaginație intestinală*, adică o porțiune de intestin a pătruns într-o altă porțiune a aceluiași intestin, sub el. Aceasta este o stare gravă și copilul trebuie să fie examinat cît mai curînd de medic, care va decide tratamentul de urmat.

Dureri abdominale cronice, care recidivează, mai pot să apară la sugari și copiii mici și ca urmare a alimentației la ore neregulate și a supraalimentației.

Viermii intestinali, apendicita, colita cronică ocazionează de asemenea dureri abdominale. De aceea, orice copil care prezintă dureri abdominale repetate, cronice, trebuie examinat cît mai curînd de medic. Dacă durerile abdominale au apărut brusc, în plină sănătate a copilului, însoțite sau nu de vărsături (uneori de constipație și mai rareori de diaree), copilul trebuie dus cu cea mai mare urgență la medic. Poate fi vorba de o invaginație intestinală, sau de o apendicită acută — și în aceste cazuri a aștepta „ca să vedem ce se întîmplă", este o mare greșeală, deoarece se poate produce o peritonită mortală.

Deci: *copilul care suferă de dureri abdominale, de orice fel, trebuie examinat cît mai curînd de medic.* Orice întîrziere poate avea consecințe grave.

Bronșita și bronhopneumonia sînt îmbolnăviri ale aparatului respirator, care necesită un tratament de urgență. De bronșită se îmbolnăvesc mai frecvent copiii de vîrstă mică, iar bronhopneumonia apare cu deosebire la sugari și copiii mici.

În special, copiii distrofici, rahitici, sau prematuri, cei alimentați artificial, ca și cei al căror organism nu a fost „călit prin aer", soare și apă și care nu sînt corect îngrijiți, sînt mai expuși la aceste îmbolnăviri.

Aceste boli sînt mai frecvente în timpul răcoros, umed, deci în lunile de toamnă pînă în primăvară. Ele nu se datoresc direct „răcelii", ci unor microbi sau viruși (care pot fi transmiși de la persoane răcite sau gripate care în general au guturai, strănută și tușesc).

De aceea, copiii mici și sugarii trebuie feriți de aceste persoane.

Bronșita începe de obicei cu guturai, tuse, ridicarea febrei. Dacă nu se iau de urgență măsurile necesare, infecția coboară din bronhii în jos, pînă la plămîni și apare bronhopneumonia. Febra crește pînă la 39—40°, sugarul este agitat, tușește, respiră cu greutate.

Pentru a preveni bronșita și bronhopneumonia, se vor lua toate măsurile ca sugarul să nu ajungă distrofic, rahitic, să fie alimentat cel puțin în primele 4—5 luni la sînul mamei, să fie „călit", să aibă toate îngrijirile igienice corespunzătoare, să evite apropierea de persoane răcite care tușesc și strănută.

De la primele semne de boală copilul trebuie prezentat cu cea mai mare urgență medicului, pentru ca acesta să hotărască, cît mai curînd tratamentul necesar.

Lipsa poftei de mîncare. Sugarul și copilul sănătos trebuie să mănînce la anumite ore pentru a-și potoli senzația de foame.

Uneori pofta de mîncare scade sau chiar copilul refuză să mănînce.

Cauzele care duc la această situație sînt numeroase și țin de diferiți factori.

Alimentația la ore neregulate, ca și încercările de a da copilului să mănînce „cîte ceva" între prînzurile regulate, constituie un motiv puternic de pierdere a poftei de mîncare.

Alteori, lipsa poftei de mîncare este semnul de început al unei dispepsii, adică a unei tulburări digestive care se va manifesta în curînd cu vărsături și diaree.

Părinții, considerînd că copilul „s-a plictisit", de mîncarea de pînă atunci, încep să-i dea alte alimente „noi", pe care el nu le-a mai mîncat, aceasta nu poate decît să agraveze situația și să facă să apară dispepsia. Alteori îl forțează să mănînce, dîndu-i la ore neregulate și la intervale mici de timp „doar-doar copilul va mînca ceva", „ca să nu slăbească".

Nimic mai greșit decît acest fel de a proceda. Forțîndu-l să mănînce, vom precipita apariția unor tulburări digestive ca vărsăturile și diareea.

În multe cazuri, mai ales la sugari și copilul mic, pierderea poftei de mîncare constituie semnul de început al unei îmbolnăviri cu altă localizare decît tubul digestiv. Otita, pielonefrita (inflamația rinichiului) și alte boli pot să aibă ca semn de început pierderea poftei de mîncare.

Viermii intestinali, apendicita cronică, colita cronică pot să fie cauza lipsei poftei de mîncare.

Se întîmplă ca și o proastă tehnică a alimentației, cînd copilul este învățat să mănînce numai dacă i se fac „jocuri" sau făgăduieli, să ducă tot la refuzul de a mînca.

Mai sînt și alte cauze care pot să ocazioneze pierderea apetitului (pofta de mîncare). De aceea, pentru a nu proceda greșit, ceea ce ar putea să aibă și urmări nedorite pentru copil, trebuie ca mama să ceară cît mai curînd sfatul medicului.

SARCINA, PRILEJ DE „ÎMPLINIRE A FEMEII"

Trecerea pragului pubertății, acest important moment în evoluția fiziologiei ființei umane, aduce după sine nu numai modificarea formelor copilului și apariția unor importante schimbări în modul de a gîndi și deci de a se comporta în societate a individului, ci înseamnă realmente un salt calitativ făcut de acesta într-o altă etapă de evoluție.

Trecerea acestui prag urmează după apariția caracterelor sexuale secundare la fete, a instalării ciclului catamenial (flux menstrual), moment care marchează transformarea fetei în femeie.

Este începutul unei epoci nu prea lungi, doar de vreo treizeci de ani, în care femeia este înzestrată cu cel mai înălțător dintre atributele ființei umane, acela de a procrea.

Încă din pragul adolescenței, tînăra femeie trebuie să fie conștientă de acest rol pe care îl joacă, de a perpetua specia umană.

Instinctul matern există în fiecare femeie.

Dragostea pentru copii se poate constata ușor și la cele ce au copii ca și la cele ce nu-i au încă.

Nu există femeie care în timpul unei sarcini să nu aștepte copilul cu cea mai mare înfrigurare, să nu-i facă lucrurile trebuincioase cu mult înainte de a se naște și tot de atunci să-i pună un nume pe care și l-a dorit mult copilului ei.

Ce sînt toate acestea dacă nu manifestarea permanentă a acelei „chemări" pe care o are femeia de a-și împlini „misiunea" de mare responsabilitate biologică și socială?

O dată cu sarcina și nașterea se produc nu numai modificări morfologice și fiziologice ale organismului femeii, dar și transformări radicale am putea spune în psihicul ei, în modul ei de a gîndi, de a privi viața, de a se comporta față de cei din jur.

Alături de atributul de femeie stă acum și cel de mamă. Cel de-al doilea îi completează primului multiplele lui semnificații și îl înnobilează.

Maternitatea este o cinste și o onoare pentru femeie.

Ea împlinește în adevăr sensurile multiple ale existenței unei femei.

Copiii aduc și griji și nu de puține ori supărări. Toate acestea se îndepărtează treptat printr-o activitate susținută de educație a lor care este de fapt și una dintre cele mai plăcute preocupări zilnice ale femeii.

În țara noastră s-au creat și se creează continuu condiții dintre cele mai bune pentru creșterea și educația copiilor. O vastă rețea de ocrotire a mamei și copilului îi pune pe aceștia la adăpost de orice griji în caz de îmbolnăvire.

Statul nostru socialist ocrotește în mod special femeia-mamă și copiii.

Igiena femeii, gravidei și lăuzei. Una dintre problemele importante de igienă, specifică femeii, este și aceea privind tendința generală de îngrășare. Această tendință depinde de doi factori: în primul rînd transformările substanțelor în cadrul metabolismului femeii se fac puțin deosebit de cele din metabolismul bărbatului, iar în al doilea rînd femeile au tendința să consume dulciuri în cantități mari.

Gimnastica zilnică, făcută cu perseverență, excursiile, înotul ca și consumarea unor alimente din care să lipsească dulciurile și pîinea în cantități mari duc adesea la rezolvarea problemei amintite.

În perioada graviditățiі problemele de igienă ce se pun sînt ceva mai complicate. Cei din jurul gravidei, în special soțul, trebuie să fie înțelegători și atenți în toată această perioadă.

Gravidei nu trebuie să i se insufle frica pentru actul nașterii, ci tot timpul să i se dea încurajări.

Femeia însărcinată trebuie să evite surmenajul fizic și psihic. Ea nu trebuie să aibă discuții contradictorii care să ducă la stări de enervare. Cărțile citite, spectacolele de teatru și film vor fi din cele mai plăcute.

Gravida va evita căldura excesivă, frigul și umezeala, ca și aerul viciat. Dacă este în cîmpul muncii va primi o muncă mai ușoară, nu va face eforturi fizice mari și se va feri să inhaleze sau să înghită substanțe toxice.

Regimul alimentar trebuie să conțină în a doua jumătate a sarcinii mai multe calorii mai ales dacă gravida este în cîmpul muncii. Proteinele (laptele, ouăle, carnea, brînza, peștele, și hidrocarbonatele (preparatele din produse făinoase și dulciurile) sînt absolut necesare în alimentație. Dintre grăsimi untul este cel mai indicat. Conținutul în vitamine și săruri de calciu este la fel de important, în rația alimentară.

Îmbrăcămintea gravidei va trebui să fie lejeră, dar călduroasă (iarna). Ea nu va purta pantofi cu tocuri înalte. Pielea se va îngriji prin băi generale. Nu se vor face băi de cadă și băi de aburi.

Sînii trebuie spălați cu apă și săpun, iar mameloanele frecate ușor cu o pînză aspră pentru ca suprafața lor să aibă o rezistență mai mare și să fie mai bine pregătiți pentru supt.

Organele genitale externe se vor spăla cu apă și săpun. Eventualele lor infecții trebuie tratate la medic. Se interzic raporturile sexuale în ultimele două luni de sarcină. Femeia gravidă nu trebuie să sufere de constipație și nici să consume alimente ce dau gaze care se acumulează în intestin. Va evita însă purgativele.

Gravida va putea face o gimnastică ușoară și plimbări în aer liber. În perioada de lăuzie, adică a perioadei de 6 săptămîni după naștere, cînd organele femeii au intrat într-un calm definitiv, femeia se mai simte încă obosită și necesită o îngrijire atentă. Imediat după naștere, în primele zile va sta în pat și va face o gimnastică ușoară a mîinilor, mișcări respiratorii ample. Alimentația va fi acum ușoară: ceai, compot, supe. Apoi alimentația este din ce în ce mai completă, totuși în tot cursul alăptării femeia nu va consuma: alcool, cafea, condimente (usturoi, ceapă, muștar), mezeluri, conserve etc. După primele zile de la naștere femeia va cobori din pat și va face gimnastică ușoară, antrenînd mîinile, picioarele și mișcările de respirație amplă.

Va controla zilnic micșorarea de volum a uterului și a lohiilor (adică a secreției normale din această perioadă a lăuziei ce se scurge din vagin).

Secreția lactată se va instala în a treia zi. Se va face toaleta în fiecare dimineață și seara a organelor genitale externe (spălarea și aplicarea de pansament).

Unde duc abuzurile de avorturi. Problema întreruperii unei sarcini ridică desigur numeroase întrebări pe care și le pune medicul și ar trebui să și le pună pacienta însăși ca și cei din familia ei.

Nu vom aminti în cele ce urmează despre consecințele dezastruoase ale avorturilor efectuate de pacienta însăși sau

de persoane necompetente. Asemenea practici sînt în afara legii, ele pedepsindu-se cu asprime.

Vom vorbi despre avorturile efectuate de specialiști, în servicii spitalicești și despre urmările abuzurilor de avorturi.

Este indiscutabil că dacă pacienta are o boală cu caracter evolutiv ce i-ar periclita viața în caz de păstrare a sarcinii, i se va recomanda să întrerupă sarcina.

Asemenea boli sînt: hemoragiile uterine repetate în timpul sarcinii, tuberculoza pulmonară sau a altor organe cu aspect evolutiv, apărută înaintea sau în timpul sarcinii, anemia pernicioasă gravidică, icterul grav de sarcină, unele boli ale inimii, ficatului, rinichilor, sîngelui etc.

De asemenea, în cazul cînd pacienta suferă de o boală care se transmite fătului, cum este sifilisul, se recomandă întreruperea sarcinii și tratarea pînă la vindecare a maladiei respective.

Dar, din numărul celor care solicită întreruperea de sarcină cele mai multe fac aceasta în mod nejustificat.

Sînt persoane care pot duce sarcina la bun sfîrșit și da viață unui copil sănătos, dar refuză s-o facă.

Trebuie să se știe că repetarea acestor întreruperi de sarcină de un număr relativ mare de ori, într-un cuvînt abuzul de avorturi nu este complet inofensiv pentru femeie.

Chiar dacă starea sănătății este dintre cele mai bune, repetarea avorturilor ce se fac uneori la intervale mici unul de altul, duce la slăbirea organismului femeii.

Cea mai importantă urmare a acestor avorturi repetate este sterilitatea.

Această imposibilitate a femeii de a avea o sarcină se realizează, în cazul abuzurilor de avorturi în mai multe moduri.

În primul rînd, traumatismele repetate cu fiecare avort duc la inflamarea cronică a colului uterin și în cele din urmă chiar la stenozarea acestuia, adică la astuparea orificiului prin care spermatozoizii trec în uter.

În alte cazuri, chiuretările repetate ale mucoasei uterine duc la lipirea unui perete uterin de celălalt.

Aceste aderențe strînse ale pereților uterului duc treptat la o micșorare a fluxului menstrual, iar corpul uterului scade în volum.

În aceste împrejurări nu mai poate avea loc nici ascensiunea spermatozoidului spre a se întîlni cu ovulul, nici fixarea oului de peretele uterin, în cazul că el s-ar fi format totuși.

Uneori, după un număr mai mare de chiuretaje se pot produce inflamații ale orificiilor trompelor uterine și chiar ale trompelor, datorită unor mici infecții.

Are loc în aceste cazuri obstrucția trompei, astfel că ovulul nu mai poate coborî în uter, sau spermatozoidul să se urce în canalul trompei. Nu se mai poate forma oul și deci femeia devine sterilă.

Acestea nu sînt unicele, dar sînt cele mai importante urmări ale abuzurilor de avorturi.

GRIPA ȘI PREVENIREA EI

Gripa este o boală infecțioasă și contagioasă, fiind produsă de un virus și transmisă cu ușurință de la un individ la altul.

Cazurile de gripă pot apare fie sporadic, fie în epidemii. Gravitatea cazurilor este mai mare în epidemii cînd se întîlnesc și cazuri mortale, mai ales în rîndul copiilor și bătrînilor debilitați.

Cele mai însemnate măsuri ce se pot lua împotriva acestor boli țin de prevenirea ei.

Izolarea la domiciliu a bolnavilor cu semne de gripă este una din primele măsuri ce trebuie luate, pentru a nu îmbolnăvi și pe alții.

Totuși, asemenea bolnavi pot pătrunde uneori în creșe, cămine de copii, școli, tabere, internate și să îmbolnăvească majoritatea copiilor, de aceea aceste colectivități de copii trebuie protejate, mai ales în timpul epidemiilor.

De asemenea, copiii și bătrînii care fac forme mai grave de boală, nu trebuie să se deplaseze în timpul epidemiilor de gripă în aglomerații.

Cei care au semne de gripă și totuși au o stare generală foarte bună trebuie să respecte anumite reguli, cînd sînt prezenți în aglomerații și anume: să nu tușească și să nu strănute fără să pună batista la gură, pentru că numai astfel îi poate feri pe cei din jur să se îmbolnăvească.

Cei bolnavi de gripă vor avea grijă să nu întrebuințeze obiectele de toaletă ale celorlalți membri ai familiei care sînt sănătoși.

Unul din elementele care s-au impus în ultimii 25 de ani în prevenirea gripei este vaccinarea antigripală, ca mijloc de creștere a rezistenței împotriva bolii.

Vaccinarea constă în pulverizarea unei cantități foarte mici de substanțe ce conțin virusul gripal, prelucrat în mod special pentru aceasta în laboratoare.

Vaccinarea se face o singură dată, constînd deci din pulverizarea unei singure doze în cavitatea nazală.

Imunitatea care apare, adică rezistența împotriva îmbolnăvirii durează cîteva luni.

Asemenea vaccinuri se prepară și în țara noastră, iar rezultatele obținute la persoanele vaccinate au fost foarte bune.

Este important de cunoscut de către fiecare avantajele pe care le prezintă această vaccinare, atît pentru individ, pentru familia lui, cît și pentru societatea în care trăiește.

Cei ce se sustrag de la efectuarea unor asemenea vaccinări este bine să știe că asemenea atitudini nu le aduc decît necazuri.

TETANOSUL

Tetanosul este o boală infecțioasă fiind provocată de un microb numit bacilul tetanic și care, pe lîngă om, o mai pot face și unele animale: cîinele, calul, vaca, boul etc.

Dacă păsările sînt rezistente față de boală, calul este foarte sensibil, putînd face forme foarte grave.

Microbii se găsesc foarte răspîndiți în natură, în praf, pe plante, în case etc.

Animalele îi înghit foarte ușor, o dată ce consumă iarba, paiele, cocenii etc. și îi elimină o dată cu materiile fecale. Așa se face că terenurile pe care au stat unele vite au cea mai mare densitate de bacili tetanici și orice rană a omului ce vine în contact cu pămîntul acestor terenuri duce aproape sigur la tetanos, dacă omul nu este vaccinat împotriva lui.

Cei care lucrează în mediu agricol sînt predispuși să facă boala o dată cu micile răni care pot apare. Ei trebuie de aceea să fie toți vaccinați antitetanic.

Uneori în rană pot pătrunde și mici bucăți de haine ce conțin bacilii tetanici, care se pot întovărăși la persoanele nevaccinate de tetanos.

Microbul ajuns la nivelul rănii respective, rămîne acolo, nu merge mai departe în organism, dar produce o substanță toxică numită toxina tetanică, ce pătrunde prin sînge în tot corpul provocînd contracții ale mușchilor din care bolnavul rămîne cu gura strînsă puternic, cu membrele și trupul rigid.

În formele grave se contractează și mușchii respiratori.

În caz de boală, cei cu tetanos au ca prime semne contracția mușchilor maseteri, adică doi mușchi de o parte și de alta a feței, sub piele, care trag maxilarul inferior în sus, adică ajută la mestecare.

Ca prim semn deci, bolnavul are trasmus, adică nu mai poate mișca în sus și în jos maxilarul inferior. Acest lucru se poate întîmpla cel mai devreme la cîteva zile de la rana respectivă, pînă la cîteva săptămîni. După apariția acestui semn apar și celelalte contracții violente ale mușchilor cefei, spatelui, membrelor etc. Una din formele foarte grave de boală este tetanosul nou-născuților, boală care apare la aceștia cam între ziua a 4-a și a 14-a de la naștere.

Această boală apare la nou-născuți, cînd nașterea s-a făcut acasă, în condiții neigienice, iar cordonul ombilical a fost tăiat cu instrumente murdare.

În aceste cazuri moartea survine cel mai adesea în 3—4 zile. În tetanos, în general, cu cît boala apare mai repede după rana respectivă, cu atît boala e mai gravă.

Din 100 bolnavi de tetanos mor în medie 30—40 bolnavi. Tratamentul tetanosului se face numai în spitale de specialitate, de către medici cu experiență.

Dat fiind că cel puțin un sfert din cei ce au făcut boala mor cu tot tratamentul aplicat în spital, cel mai bun lucru este ca toți oamenii să se vaccineze antitetanic și mai ales cei din mediul rural. Cînd cineva are o rană și aceasta a fost infectată de praf, pămînt, veșminte etc., trebuie să ia următoarele măsuri: să spele rana cu apă oxigenată pentru a îndepărta toate impuritățile și microbii; să facă zilnic

timp de 3—4 zile penicilină în injecții; să facă neapărat ser antitetanic intramuscular, sub supravegherea medicală. Imunitatea dată de acest ser durează două săptămîni.

Vaccinarea antitetanică în țara noastră se face obligatoriu în armată și alte colectivități expuse la această infecție.

Ea constă din administrarea anatoxinei tetanice prin 3 injecții, într-un interval de 5 săptămîni. După un an se mai face o injecție. Vaccinarea în masă a populației va duce la dispariția tetanosului.

FEBRA TIFOIDĂ — BOALA MÎINILOR MURDARE

Este o boală răspîndită pe tot globul, putînd apare în cazuri izolate sau în epidemii. Este o boală specifică omului. Apare mai ales în perioada trecerii de la vară la toamnă, cel mai frecvent îmbolnăvindu-se copiii și adulții tineri.

Microbul se numește bacilul tific și se răspîndește în natură de la bolnavii care au această boală sau de la cei care poartă în intestinele lor sau în vezicula biliară acești microbi fără să fie propriu-zis bolnavi. Aceștia sînt așa-numiții „purtători de bacili tifici" și elimină bacilii mai ales prin urină și materii fecale.

Microbii pot ajunge de la bolnavi sau purtători, la omul sănătos fie direct, adică prin atingerea de aceștia, fie indirect prin intermediul rufelor, veselei, laptelui (în cazul cînd vaca a fost mulsă de un asemenea bolnav), legumelor, fructelor, zarzavaturilor, pe care bacilul acesta rezistă cîteva zile.

Muștele joacă un rol important în această transmitere, ca și apa în care bacilul tific rezistă chiar trei luni.

Iată deci de ce este periculos să consumăm apă de la o fîntînă în apropierea căreia se găsește un W.C.

Să nu se uite de asemenea că microbii rezistă cîteva zile și în gheața fabricată din apa infectată cu acești germeni.

Bolnavul se internează și se tratează în mod obligatoriu în spital.

Dintre organele interne cel mai mult suferă în timpul bolii intestinul, iar în formele mai grave și inima, creierul, meningele etc.

Tratamentul care se face astăzi în spitale este foarte eficace, boala vindecîndu-se rapid. După boală, individul rămîne cu o imunitate durabilă.

Pentru a putea preîntîmpina apariția bolii, trebuie să se facă un control periodic al celor ce lucrează cu produse alimentare în bucătării, brutării, restaurante, magazine alimentare, fabrici de conserve etc. Acest control periodic constă în examenul materiilor fecale în scopul descoperirii eventualilor microbi.

Se va face de asemenea controlul surselor de apă: fîntîni, conducte, controlul apei cu care se udă grădinile și a celei din care se face gheața.

Se va duce o luptă susținută contra muștelor.

Zarzavaturile și chiar fructele, cînd sînt date copiilor, este bine să le trecem prin apă fiartă.

Bacilul tific rezistă chiar săptămîni întregi pe fructe și zarzavaturi, dar apa fiartă la 60° îl distruge în 20 minute.

Iată pentru ce nu trebuie să lăsăm copiii să consume fructe și zarzavaturi crude. Laptele de asemenea va fi consumat numai fiert.

Febra tifoidă a fost numită pe drept cuvînt „boala mîinilor murdare", pentru că pe aceste mîini certate cu igiena se pot găsi tot felul de microbi și în special bacili tifici.

Una din metodele care se practică astăzi în toată lumea pe scară largă împotriva bolii, este vaccinarea T.A.B., ea fiind o măsură foarte valoroasă pentru a preîntîmpina apariția bolii.

De la efectuarea acestei vaccinări nu trebuie să se sustragă mai ales copiii de școală, studenții și tinerii precum și toți adulții din diferite colectivități unde s-a hotărît să se facă această vaccinare.

CE TREBUIE SĂ ȘTIM DESPRE HEPATITA EPIDEMICĂ

Hepatita epidemică este o boală infecțioasă și transmisibilă. Există două feluri de hepatită epidemică. Una din ele este hepatita infecțioasă provocată de un anume virus care se transmite de la omul bolnav la cel sănătos pe cale digestivă.

Cea de-a doua este hepatita serică provocată de un alt virus ce se transmite la omul sănătos prin sîngele sau plasma ce se transfuzează acestuia de la un fost bolnav de hepatită. Mai trebuie să se știe că amîndouă aceste forme de boală se pot transmite cu mare ușurință de la omul bolnav la cel sănătos dacă seringa nu a fost în prealabil foarte bine sterilizată.

De la intrarea microbului în organism pînă la apariția bolii pot trece de la 2 la 6 săptămîni, uneori chiar mai mult.

Primele semne de boală sînt: lipsă de poftă de mîncare, grețuri, vărsături, dureri abdominale, febră ușoară. Urina este închisă la culoare, iar la efectuarea analizelor pentru urobilinogenul din urină și bilirubina din sînge se poate constata că acestea sînt mărite.

Cel mai sigur semn de boală este icterul, adică culoarea galbenă a conjunctivei oculare și a pielii.

Cei mai mulți dintre bolnavi fac forme ușoare de boală care evoluează fără icter. Dintre aceștia majoritatea neștiind că sînt bolnavi, nu se tratează și deci vor ajunge să facă hepatite cronice.

În perioada de evoluție a bolii, bolnavul este bine să fie internat în spital unde primește toate îngrijirile necesare.

De asemenea, toți cei care au fost în contact cu bolnavul trebuie supravegheați pentru a se descoperi din timp boala în caz că o vor face.

În privința tratamentului este de remarcat că nu există nici o substanță pînă în prezent care să distrugă virusul hepatitei.

Tratamentul pe care-l va primi bolnavul nu va face altceva decît să-l ajute pe acesta să lupte cu forțele organismului său împotriva bolii.

Acest tratament va ajuta cu atît mai mult bolnavul cu cît este aplicat mai la începutul bolii.

Bolnavul va sta în repaus la pat, cu reducerea efortului la minimum. Alimentația trebuie să fie cît mai ușoară, bogată în zaharuri, vitamine și săruri minerale, mai ales în primele zile de boală. Bolnavul va primi astfel: fructe citrice, sucuri de fructe, compoturi, dulcețuri, iar mai apoi poate consuma și carne, brînză, lapte.

Dintre vitamine sînt indicate mai ales: Vit. B_1, B_{12}, Vit. C administrate ca injecții.

După ieșirea din spital, convalescența este lungă, bolnavul beneficiind de un concediu prelungit și de vizite repetate ale medicului. El va ține un regim alimentar adecvat, indicat de medic, după forma de boală pe care a avut-o.

Bolnavul care a avut hepatită epidemică nu trebuie să fie donator de sînge.

Seringile cu care i se fac injecții vor trebui foarte bine sterilizate înainte de a se face cu ele injecții altor persoane. Persoanele care au fost în contact cu bolnavul și mai ales copiii vor face injecții cu gammaglobulină pentru a fi feriți de contaminare. În orice caz dacă ei contractează boala, datorită gammaglobulinei forma ei va fi foarte ușoară.

Prevenirea hepatitei epidemice, sau tratarea ei corectă sînt măsuri ce se impun neapărat, cu atît mai mult cu cît urmările acestei boli (hepatită cronică și ciroză) sînt greu de tratat, evoluția lor fiind progresivă.

ALIMENTAȚIA DIETETICĂ ÎN HIPERTENSIUNEA ARTERIALĂ, BOLI DE RINICHI, DE FICAT, ULCER

Alimentația dietetică în hipertensiunea arterială. Dacă boala este însoțită de obezitate, bolnavul va trebui să slăbească, așa că regimul său alimenar va fi fără grăsimi și cu dulciuri puține. El nu are voie să consume deloc cafea și alcool (sub nici o formă), ele fiind excitante asupra sistemului nervos. Este interzis fumatul.

Sarea va fi adăugată în alimente în cantități mici: 3 g pe zi. Bolnavul nu va consuma deloc grăsimi animale și carne grasă. Carnea slabă este admisă pînă la 100 g pe zi Bolnavul trebuie să aibă cîteva zile pe săptămînă în care să nu consume carne, iar regimul alimentar al acestor zile va consta din: orez, fructe, legume, compoturi.

Făinoasele și dulciurile vor fi consumate în mod normal de bolnav dar cantitățile lor vor fi reduse dacă bolnavul este obez.

Dacă pînă nu de mult bolnavii hipertensivi erau nevoiți să consume cantități mici de apă pe zi, astăzi se știe că un

consum normal de apă în 24 de ore, care nu va fi desigur abuziv, nu modifică tensiunea arterială.

Alimentația dietetică în bolile de rinichi. Bolile de rinichi sînt foarte numeroase și prezintă simptome foarte variate. De acestea depinde și regimul alimentar.

În formele grave de glomerulonefrită (boală a rinichiului în care bolnavul are hipertensiune arterială, albumină și hematii în urină și uree în sînge), bolnavul va mînca în primele cîteva zile numai ceai.

În zilele următoare alimentația va fi fără sare, cu carne puțină și mai mult pireu de cartofi, de mere, compoturi, dulciuri, legume, fructe.

Dacă se ajunge la o glomerulonefrită cronică cu insuficiență renală, adică cu creșterea ureii în sînge în mod permanent, bolnavul va sta la pat, alimentația va cuprinde lichide suficiente, multe făinoase, legume, fructe și dulciuri dar fără carne și sare.

În nefroze, în care cele mai importante semne sînt: edemele membrelor inferioare în care se lasă o urmă adîncă prin apăsarea cu degetul și existența unei cantități mari de albumină în urină, alimentația va fi bogată în proteine, 150—200 g/zi carne, brînză, ouă, lapte, pește și sare puțină.

Sînt contraindicate: carnea afumată și sărată, conservele, vînatul, pîinea sărată etc.

Din cauza edemelor se va reduce cantitatea de lichide din alimentație.

Alimentația dietetică în bolile de ficat. Cele mai importante boli ale ficatului, avînd în vedere și marea lor răspîndire sînt: hepatita epidemică, hepatita cronică și cirozele.

În perioada evolutivă a hepatitei epidemice (cîteva săptămîni) alimentația va fi ușoară, alcătuită din: sucuri de fructe, fructe ușor digestibile, compoturi, dulcețuri, introducîndu-se treptat în alimentație brînză de vaci proaspătă, lapte, carne proaspătă și slabă. Nu se vor introduce decît după multe luni de la vindecare alimente greu de digerat; alimente conservate, sosuri, carne de porc etc.

În cazul trecerii hepatitei epidemice acute, în hepatită cronică, bolnavul va avea un regim alimentar bogat în proteine: carne, brînză, lapte, cu multe făinoase, dulciuri și zeamă de fructe din abundență.

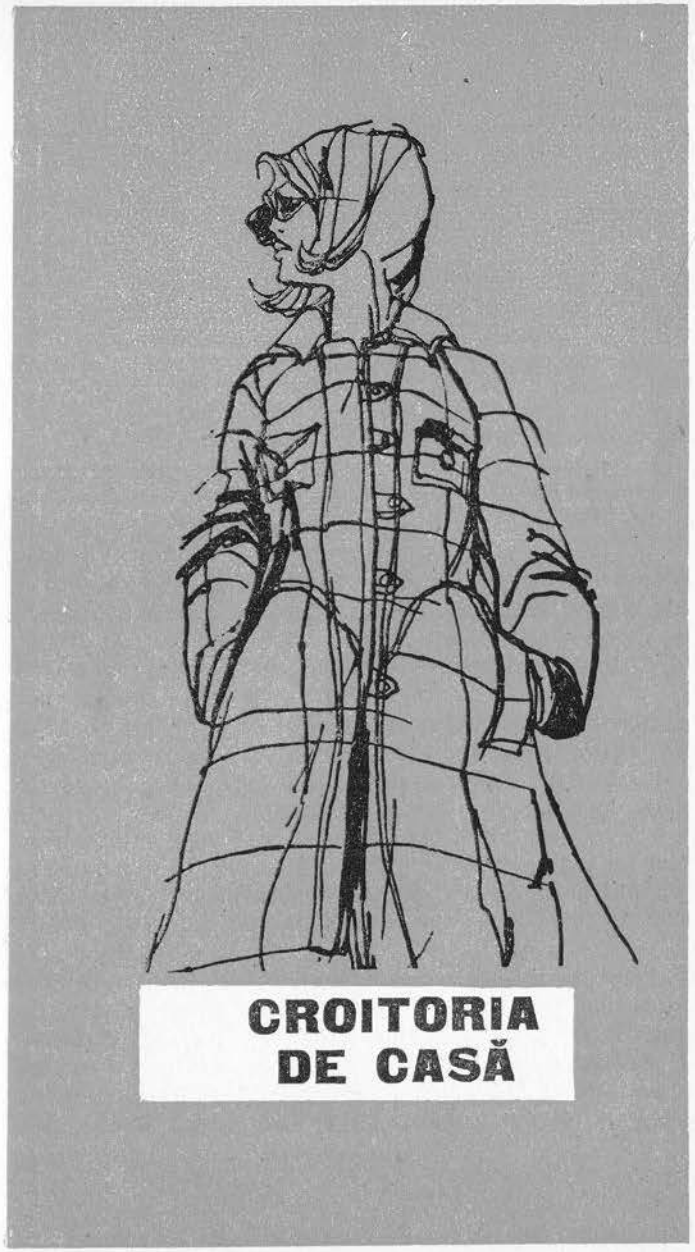
În ciroze: dacă la baza formării ei stă consumul abuziv de alcool, acesta trebuie complet suprimat.

Dacă bolnavul are ascită (o cantitate mare de apă în abdomen care complică unele ciroze) regimul alimentar va fi bogat în proteine și fără sare.

În general, în ciroze, alimentația trebuie să fie bogată în dulciuri și zarzavaturi (acestea conțin potasiu, element care influențează favorabil asupra vindecării bolii), zeamă de fructe și legume verzi, indicate pentru vitaminele lor.

Alimentația dietetică în ulcer. Ulcerul gastric, dar mai ales cel duodenal, se manifestă printr-o secreție puternică de suc gastric și cu aciditatea acestui suc foarte mărită. De aceea, cel mai indicat aliment pentru ulcer este laptele dulce care neutralizează acidul gastric din stomac și favorizează vindecarea bolii. Alte alimente indicate: brînza de vaci proaspătă, pireu de cartofi, compoturi, carne slabă fiartă, smîntînă, unt, ouă bătute în supă, ouă moi fierte, orez, macaroane, fidea, tăiței.

Sînt contraindicate: fumatul, alcoolul, orice aliment prăjit, carne de porc, conserve de orice fel, pește sărat, cafea, condimente (oțet, muștar, ceapă, usturoi), prăjituri de cofetărie. Toate acestea duc la excitația stomacului și la mărirea secreției și acidității. Mesele trebuie să fie mici și dese.



CROITORIA DE CASĂ

CROITORIA DE CASĂ

În acest capitol gospodina va găsi noțiuni elementare de croitorie, lenjerie și tricotaje care îi vor oferi posibilitatea să lucreze singură unele obiecte de îmbrăcăminte pentru dînsa, pentru copiii și soțul ei și diferite obiecte de interior pentru locuință.

Îndemînarea gospodinei la cusut, reparat, transformat, curățit și vopsit în casă, nu este o însușire înnăscută, ci se capătă prin experiență, perseverență, răbdare, plăcerea și interesul pentru lucru, pentru cunoașterea de metode practice, care o ajută în ocupațiile ei.

CUM TREBUIE SĂ NE ÎMBRĂCĂM

Ținuta corectă a unei persoane este determinată de mai mulți factori: de curățenia îmbrăcămintei, de armonia de culori și forme care trebuie să existe între diferitele elemente ale îmbrăcămintei, de corespondența dintre hainele pe care le poartă, ținînd seama de locul unde le poartă (la lucru, în vizită, la teatru etc.), de vîrsta persoanei, de anotimp și altele.

O femeie, oricît de bune haine ar avea, nu va avea o ținută corectă dacă tivul rochiei este desfăcut, pantofii plini de praf sau noroi, fermoarul uitat desfăcut sau rochia mototolită, dacă gulerul bluzei este murdar, ciorapii cu ochiuri sărite sau cu dunga strîmbă etc. Un bărbat, de asemenea, nu va face o impresie bună dacă pantofii sînt scîlciați, dacă părul este nepieptănat și neperiat îndeajuns, unghiile murdare, hainele neaerisite și prăfuite.

Multe persoane își cumpără un obiect nou de îmbrăcăminte sub impulsul unei impresii momentane, fără să se gîndească dacă acel obiect se armonizează sau nu cu cele pe care le are. Orice femeie trebuie să se ferească de a se îmbrăca în culori care nu se armonizează, de exemplu: pălărie verde, jachetă roșie, jerseu mov și pantofi gri. Chiar dacă toate sînt noi și curate, privite în ansamblu, fac o impresie defavorabilă. De aceea, cînd se cumpără un lucru, trebuie să se reflecteze bine dacă obiectul respectiv se potrivește sau nu cu celelalte existente.

Totodată este necesar să se aibă în vedere armonia dintre diferitele elemente ale îmbrăcămintei. La un balonseide sau o jachetă sport nu se poartă un pantof elegant, după cum la o rochie neagră nu se poartă pantofi sport din piele colorată. Nu este potrivit să se poarte o jachetă sport cu pantofi din antilopă negri, șosete cu pantofi cu tocuri înalte etc.

O ținută sport în cursul dimineții este potrivită, pe cînd aceeași ținută seara, la vizită, devine nepotrivită, afară de cazul cînd e vorba de o persoană foarte tînără.

Să nu se uite ținuta femeii la locul de muncă. Locul de muncă nu înseamnă posibilitatea de etalare a toaletelor sau purtarea unor vechituri. Este o datorie din partea fiecăreia să ofere tovarășilor săi de muncă un aspect plăcut și curat. O fustă bine călcată, cu o bluză întotdeauna curată și o jachetă de lînă, atunci cînd vremea e răcoroasă, o rochie simplă de stofă iarna și rochițe ușoare de bumbac, totdeauna scrobite și călcate vara, sînt cele mai indicate toalete.

Oricare ar fi moda, o femeie nu trebuie să se îmbrace cu orice, pe motiv că „se poartă", ci trebuie să adapteze linia modei la ceea ce i se potrivește. Eleganță înseamnă în primul rînd simplitate și decență.

Rochiile largi se potrivesc pentru corpuri mai zvelte. Rochiile sau fustele strîmte se fac totuși lejere ca să nu dea impresia că toate cusăturile rochiei sînt gata să plesnească. Rochiile decoltate, trebuie să păstreze o limită: să fie decente, să nu semene cu un costum de baie. Fundele sau nasturii nu trebuie să încarce o rochie sau o bluză.

Genul sport este frumos, dar aceasta nu trebuie să excludă feminitatea; el are o anumită limită care nu trebuie depășită.

Este foarte important ca, în îmbrăcămintea femeii să se păstreze simțul „autocritic" în ce privește vîrsta.

Ceea ce este potrivit pentru o fată tînără, de 18-20 ani, devine ridicol pentru o femeie de peste 45 ani și invers. Țesăturile care se găsesc acum oferă o gamă nesfîrșită de culori și imprimeuri pentru toate vîrstele și pentru toate gusturile, totul este să se știe cum trebuie alese.

Culorile prea vii, imprimeurile prea tinerești, modelele de rochii prea creț sau cu volane multe nu mai sînt potrivite pentru o femeie care a trecut de 45 de ani, după cum desenele prea închise cu mult mov, negru sau gri, sau modelele de rochii complicate nu sînt indicate pentru o fată tînără.

Aspectul general al unei persoane nu este însă constituit numai din elementele de mai sus, ci și de ținuta generală, de modul cum știe să poarte hainele.

Mersul cu umerii aduși și cu capul în pămînt, mersul exagerat de legănat, balansarea poșetei sau a servietei, mersul în vîrfurile picioarelor, înfundarea ambelor mîini în buzunare și mersul cu capul înainte, ținerea bărbiei prea ridicată, tîrîrea pașilor, mersul excesiv de încet sau excesiv de repede, balansarea exagerată a mîinilor, pași prea mari, sau prea mici, sînt numai cîteva din amănuntele ținutei care nu pot decît să strice ansamblul general.

ALEGEREA MODELULUI ȘI A MATERIALULUI

Creatorii de modele, ținînd seamă de multiplele exigențe ale femeilor cu privire la îmbrăcăminte, concep croieli potrivite tuturor siluetelor. În jurnalele noastre de modă găsim tot felul de modele pentru toate vîrstele și toate conformațiile. Rolul nostru este să știm să alegem ceea ce ni se potrivește mai bine.

Observîndu-ne lipsurile conformației putem adopta îmbrăcămintea care ne avantajează, adică aceea care să ne ascundă micile imperfecțiuni și să scoată în evidență calitățile fizice pe care le avem.

Astfel, putem stabili principiile după care femeile subțiri și înalte sau cele scunde și pline își pot alege modelele. Dacă o femeie este prea înaltă nu trebuie să accentueze această împrejurare purtînd rochii înguste și drepte, cu un șir lung de nasturi sau cu dungi așezate în lung. Dimpotrivă, este bine să poarte mîneci bufante, cordon lat, care desparte bluza de fustă, un jabou, o fundă mare, sau un plastron alb și croieli care lățesc. Întrebuințarea garniturilor de altă culoare decît a rochiei scurtează de asemenea silueta. Pentru femeile înalte sînt indicate rochiile din „două piese", cu basca ușor evazată, rochiile cu guler lat, rochiile combinate din două culori, fuste cu bluze, rochii cu bolero, jocuri de linii și intercalări în lat, crețuri, buzunare mari evazate, iar vara materiale înflorate, carouri mari.

Desigur că acest fel de îmbrăcăminte nu este cîtuși de puțin indicat femeilor scunde și cu formele pline. Acestea vor alege modele de rochii care să le lungească, preferînd culori sobre și croieli în lung, fără cordon și în nici un caz cu cordoane late și de altă culoare decît rochia. Ele vor evita să-și scurteze silueta, să-și marcheze talia. Nu vor purta jachete largi, nici mîneci trei sferturi, ci vor purta de preferință mîneci lungi și înguste, care lungesc, sau corsaje fără mîneci. Garniturile albe sau de culoare contrastantă vor fi mici și discrete. Vor evita materialele imprimate, ecosezul, opoziția de tonuri, accesorii care contrastează violent cu ansamblul. Nu vor purta fuste crețe, bolerouri, buzunare evazate, fuste cu platcă, volane, garnituri în lat, dungi în lat, gulere și revere late, preferînd fuste drepte, fuste plisate drepte, taioare ajustate.

Dar nu există numai aceste două tipuri de femei, ci și femei cu conformații felurite ale corpului.

Persoanele slabe, fie înalte, fie scunde sau mijlocii, vor purta rochii lejere, culori deschise, de preferință fuste și bluze sau rochii din două piese și vor evita pardesiurile drepte sau pe talie.

Persoanele cu șolduri mari nu vor purta rochii ajustate, nici cordoane strînse în talie, care scot în evidență șoldurile și nici fuste largi sau cloș.

Persoanele cu talie groasă vor purta jachete drepte și îmbrăcăminte cu linia lejeră.

Persoanele cu gîtul scurt vor evita gulerele înalte, și vor prefera decolteurile înguste și lungi.

Persoanele cu gîtul lung vor purta, dimpotrivă, numai gulere mari, de orice formă, cît mai bogate.

Persoanele cu pieptul prea mic vor purta bluze lejere cu crețuri pe piept, cu platcă, cu garniturile pe lat.

Bulinele mici pot fi purtate de oricine, în timp ce bulinele mari sînt indicate numai persoanelor subțiri.

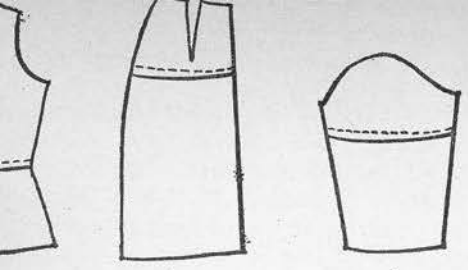
În ce privește culoarea materialului, fiecare femeie știe ce culoare o prinde mai bine, în funcție de păr, ochi, ten. Pentru armonia îmbrăcămintei însă, va adopta o anumită culoare, spre a avea asortate mantoul cu încălțămintea, cu pălăria, poșeta, mănușile, din care nu ne putem permite a avea la fiecare rochie accesoriile în culoarea ei. Aceasta nu înseamnă însă să purtăm mereu aceeași culoare. Cine poartă de exemplu, de preferință cafeniul, va asorta la el bej, galben, cărămiziu, verde. Uneori o simplă garnitură aduce o schimbare plăcută în îmbrăcăminte. Bluzele dau și ele multă variație îmbrăcămintei, de asemenea, imprimeurile cu tonul de bază în culoarea accesoriilor.

CUM SĂ FOLOSIM UN TIPAR PRACTIC

Cînd copiem un tipar dintr-un jurnal de mode, sau cînd cumpărăm din librării sau debite „Tiparul nostru", într-un plic, care conține tiparul unui anumit model de rochie, în mărime naturală, desigur că în cele mai multe cazuri tiparul nu va corespunde întocmai cu măsurile noastre. De aceea, el are nevoie de unele adaptări, adică lungiri sau scurtări, lărgiri sau îngustări, totale sau numai parțiale.

Toate aceste tipare de gata trebuie adaptate pe măsurile noastre înainte de a le aplica pe materialul de croit.

Mărimea sau micșorarea unui tipar nu se face însă prin adăugări sau scăderi de cîțiva centimetri la conturul tiparului, întrucît această schimbare de linii ar duce la deformarea tiparului. Cu un astfel de tipar cu conturul deformat, am greși croitul obiectului de îmbrăcăminte.



De aceea, scurtarea și îngustarea tiparului prea mare, adică micșorarea lui, se fac îndoind o cută pe tiparul de hîrtie. Lungirea și lărgirea tiparului prea mic se fac intercalînd benzi de hîrtie pe tiparul ce trebuie mărit.

Aceste adaptări ale tiparului se fac în următoarele împrejurări:

a) Dacă tiparele trebuie să le micșorăm numai în lungime, procedăm astfel (fig. 1):

— pentru bluză facem o cută pe orizontala tiparului de bluză, în dreptul taliei, de atîția centimetri adîncime, cît dorim să scurtăm tiparul de bluză (fig. 1 *a*);

— fusta o scurtăm făcîndu-i o cută orizontală în direcția șoldului, de atîția centimetri cît dorim să scurtăm fusta (fig. 1 *b*).

— mîneca o scurtăm făcîndu-i o cută orizontală mai jos de răscroitura mînecii (capul mînecii), cu 3-4 cm mai jos de subsuoară și adîncă de atîția centimetri, cu cît dorim să scurtăm mîneca (fig. 1 *c*).

b) Dacă tiparele trebuie micșorate în lungime și totodată îngustate, facem în afara cutei orizontale, așa cum s-a arătat mai sus, și cîte o cută verticală, de atîția centimetri adîncime, cît trebuie îngustat tiparul (fig. 2);

— pentru bluză, pe lîngă cuta orizontală facem, atît la partea din față (fig. 2*a*), cît și la cea din spate (fig. 2*b*) a tiparului, cîte o cută pe verticală, pe linia de umăr, la 3-4 cm de la răscroitura gîtului, pe toată lungimea bluzei;

— mîneca (fig. 2*c*) o îngustăm făcîndu-i o cută verticală pe linia de mijloc, de sus pînă jos. Adîncimea cutei trebuie să fie de atîția centimetri, cît vrem să îngustăm mîneca;

— fusta (fig. 2*d*) o strîmtăm și o scurtăm făcîndu-i pe lîngă cuta orizontală de pe linia șoldului și o cută verticală, la mij-

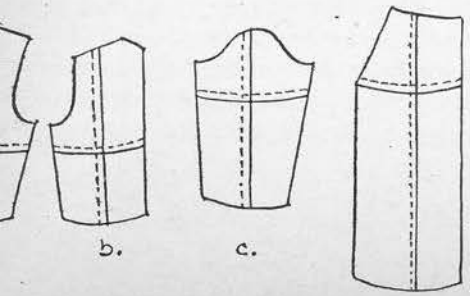
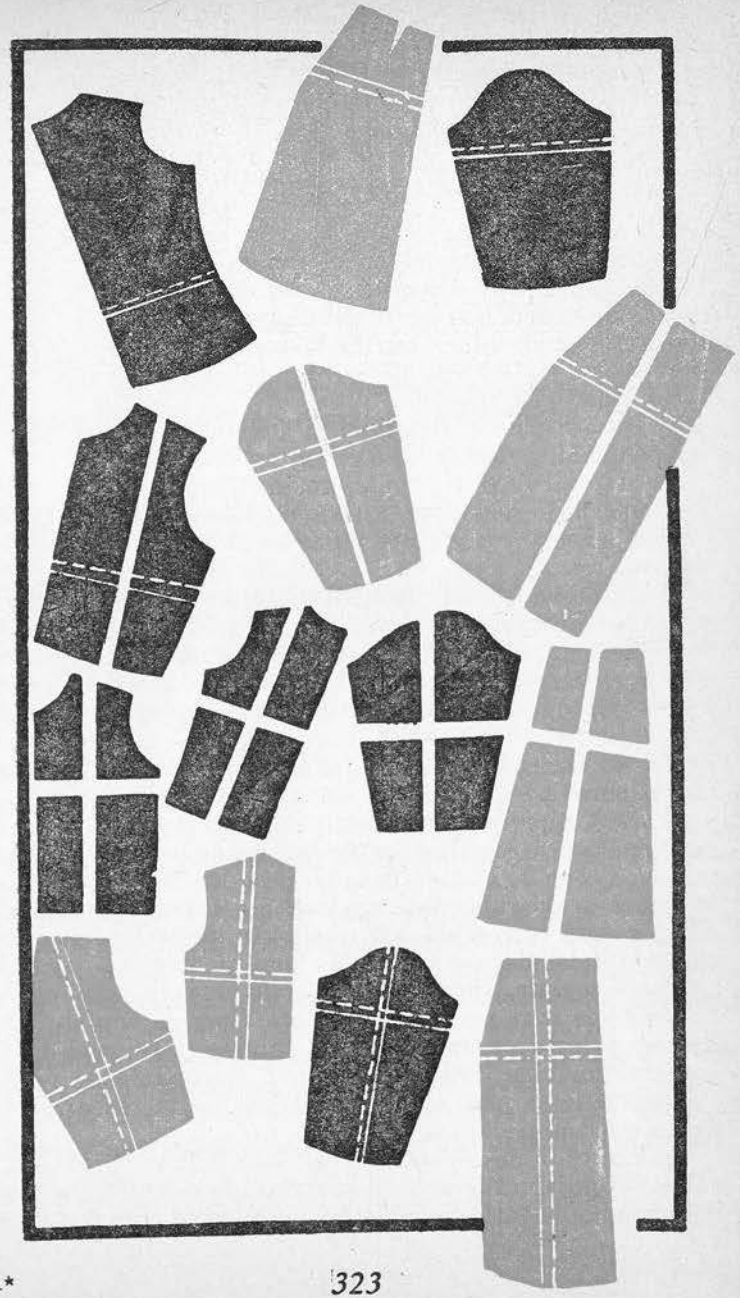
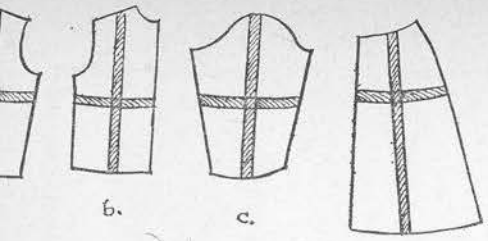


Fig. 2





locul tiparului, adîncă de atîția centimetri, cît vrem să îngustăm fusta.

Observații: Scurtările tiparelor se fac după numărul de centimetri cu cît vrem să scurtăm tiparul întreg. Îngustările tiparelor se fac numai pe sfert din numărul de centimetri necesari îngustării tiparelor, întrucît fiecare tipar de bluză sau fustă reprezintă numai un sfert din tiparul obiectului de executat, afară de mînecă, al cărei tipar este întreg.

c) Dacă tiparele sînt mici și trebuie lărgite și totodată lungite, adică mărite, procedăm în felul următor.

Pe aceleași linii ca la micșorarea tiparelor, tăiem cu foarfeca tiparul în două, iar în tăietura făcută intercalăm benzi de atîția centimetri lățime cît vrem să lărgim și să lungim tiparul (fig. 3).

Intercalarea o facem în felul următor: prindem în ace, pe o bandă de hîrtie, cele două jumătăți tăiate ale tiparului, la atîția centimetri distanță una de alta, încît să capete lungimea și lărgimea necesare. Mai există și alte procedee. Putem prinde cele două jumătăți ale tiparului pe o coală de hîrtie, la distanța necesară una de alta și desenăm apoi noul contur al tiparului mărit, după care scoatem acele și decupăm tiparul pe conturul cel nou, adică mărit.

d) Dacă tiparele sînt lungi și prea strîmte, pentru o persoană mică și plină, procedăm pe de o parte la scurtarea lor, iar pe de altă parte la lărgirea lor (fig. 4). La această adaptare a tiparului facem o cută de scurtare a tiparului, adică o cută orizontală, iar pe de altă parte facem o intercalare de bandă pe verticală, pentru lărgirea tiparului.

Tipare copiate. În afară de tiparele procurate din comerț, în croitorie mai putem întrebuința tiparele copiate de pe diverse obiecte de îmbrăcăminte (bluze, fuste, rochii etc.), care ne vin bine, adică nu au nici o greșeală de croială. Pentru copierea unui tipar, întrebuințăm de obicei obiecte de îmbrăcăminte scoase din uz.

Înainte de a descoase obiectul, dăm semne cu ață de însăilat, la mijlocul feței și al spatelui, de sus pînă jos și mai dăm semne de întîlnire pe linia cusăturilor, din loc în loc,

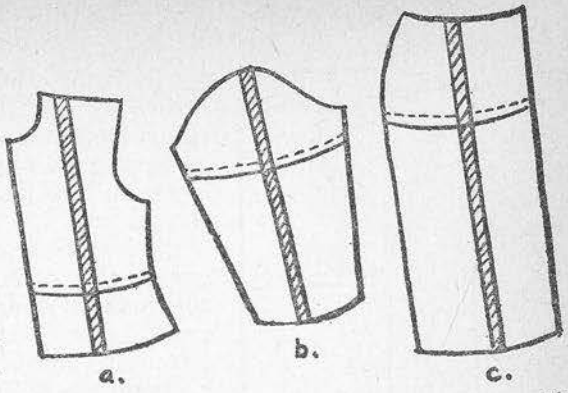


Fig.

pentru a putea împreuna corect părțile croite după tiparul copiat, precum și semnele care indică firul drept al părților componente ale obiectului desfăcut.

Să căutăm să dăm semnele cu ață de altă culoare decît culoarea materialului. Numai după ce am dat toate semnele, descoasem obiectul și călcăm ușor toate bucățile, fără a descălca complet fostele cusături.

Întindem pe o coală de hîrtie fiecare parte componentă a obiectului și marcăm cu ajutorul ruletei sau cu ace cu gămălie semnele fostelor cusături. Stabilim pe hîrtie și semnele de întîlnire ale cusăturilor, semnele de mijloc ale spatelui și ale feței.

Ruleta imprimă pe hîrtie semnele cusăturilor conturate. Dacă nu avem ruletă, prindem des cu ace de-a lungul semnelor ce trebuie să le conturăm, avînd grijă să prindem în ace obiectul împreună cu hîrtia. Apoi, întoarcem hîrtia pe dos, cu obiectul prins pe ea și conturăm cu creionul semnele de-a lungul acelor.

Înainte de a pune pe hîrtie părțile componente ale obiectului, trebuie să dăm semne cu ață pe material, de-a lungul firului drept, în lung sau în lat.

De asemenea, este necesar să însemnăm pe hîrtia pe care copiem, direcția firului drept al obiectului prins în ace, însemnînd aceste semne cu ruleta sau cu ace, de-a lungul ației care marchează direcția firului drept.

Aceste semne de direcție a firului drept le dăm numai atunci cînd rochia este compusă din mai multe bucăți, rezultate din croielile modelului. De obicei, mijlocul feței și al spatelui indică firul drept, în lung (urzeala materialului). Sînt însă cazuri cînd modelul obiectului cere ca bluza sau rochia să fie croite în verif. În acest caz așezăm tiparul cu semnul care indică firul drept, pe firul în verif al materialului de croit.

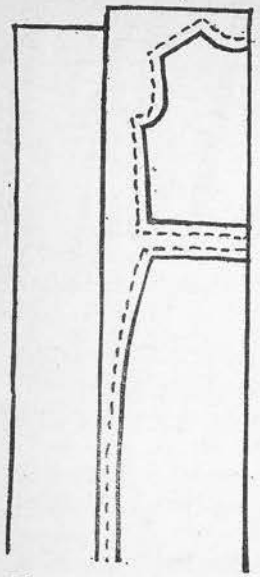


Fig. 5

Stabilirea direcției firului este necesară la croitul corect al bucăților componente ale îmbrăcămintei, pentru ca ea să cadă bine pe corp, să nu tragă, și să nu prezinte defecte greu de corectat.

Copiem tiparul desfăcut pe semnele cusăturilor și nu pe conturul lor, care cuprinde și rezerva îmbrăcămintei la croit. Linia cusăturilor ușor descălcate formează conturul tiparului copiat.

Modul de croire. Pentru croit sînt necesare ace cu gămălie, cretă, foarfecă și panglică metrică.

Înainte de a trece la croit materialul se pregătește astfel:

— se ține 24 ore în apă, dacă el se poate spăla sau se calcă cu cîrpa umedă, dacă țesătura este din lînă;

— se îndreaptă unul din capetele materialului, tăindu-l pe firul drept de lățime;

— se scoate piscul dacă e cazul, întinzînd în diagonală, cu ajutorul cuiva capetele materialului, pînă cînd firul țesăturii revine la poziția normală.

Materialul astfel pregătit este îndoit cu muchia pe firul de lungime sau de lățime, după cum este nevoie.

La stabilirea firului de lungime sau de lățime se ține seama de marginea țesăturii, de desenul ei, sau de elasticitatea firului (firul de lungime nu prezintă elasticitate, pe cînd cel de lățime la întindere prezintă oarecare elasticitate).

Pe materialul îndoit se așază tiparele. Ele se potrivesc cu liniile verticale, care sînt în general liniile de lungime pe firul de lungime a materialului și se așază întîi tiparele mari, apoi cele mici, așa fel încît să se realizeze maximum de economie de material.

Tiparele se fixează cu ace de gămălie (fig. 5)

La așezarea lor trebuie să se țină seama și de rezervele necesare cusăturilor pentru care trebuie să se socotească

cîte 3-4 cm la cusăturile de subraț și numai 3-5 cm la tiv și 1,5-2 cm la răscroituri.

Lățimea rezervelor necesare la fiecare limită se conturează cu creta și apoi se taie materialul pe aceste linii de contur.

Fiecare tipar se conturează pe material fie cu ață, dîndu-i-se semne largi, fie cu ruleta. Semnele de mijloc la față și la spate se dau cu ață de culoare contrastantă cu fondul materialului.

Se trece apoi la asamblarea părților componente ale obiectului, urmărind liniile de contur ale tiparelor pe unde se însăilează. Se pregătește astfel obiectul pentru probă.

Fig. 6

Proba. Pentru probă se îmbracă obiectul și se potrivesc pe corp liniile de mijloc, la spate și la față (fig. 6) Se urmărește în genere o linie corectă a cusăturilor, corectîndu-se eventualele greșeli. La probă se urmărește riguros direcția firului drept, atît pe linie verticală, cît și pe orizontală, iar pentru corecturi se folosesc pensele și rezervele diverselor linii de cusături sau tăieturi.

După efectuarea corecturilor necesare, se scoate obiectul de pe corp, se dau cu ață colorată noi semne de contur pe liniile de corectură, precum și semne de întîlnire pe părțile cusăturilor respective. Se desfac apoi cusăturile potrivite la probă și se scot după ele semnele vechi. Se așază părțile corectate peste părțile perechi și se trec cu ață colorată noile semne de corectură pe părțile necorectate. Se reasamblează părțile, reconstituindu-se obiectul, și se face o nouă probă. Dacă liniile sînt corecte, se trece la finisarea cusăturilor.

CONFECȚIONAREA ÎMBRĂCĂMINTEI

Confecționarea unui obiect constă în efectuarea cusăturilor, a tivului, a fentelor, în aplicarea garniturilor etc.

Confecționarea se poate face cu mașina sau cu mîna

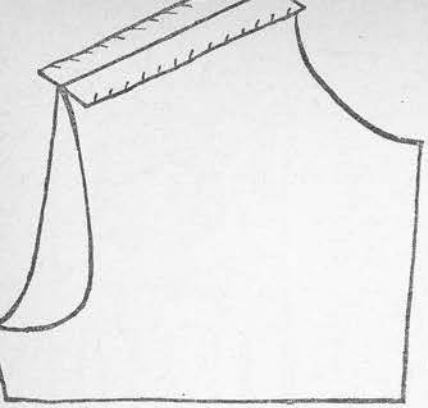


Fig. 7

Liniile cusăturilor se pot face: cu cusătură descălcată pe dos (fig. 7) cu cusătură aplicată pe față, cu cusătură întoarsă (franțuzească), cu cusătură răsfrîntă (refec) (fig. 8).

Ultimele două cusături se fac de obicei la obiectele care se spală des.

Modul de finisare a cusăturilor variază în funcție de obiect, material și model.

Marginile cusăturilor rămase libere pe dos se surfilează cu punct oblic sau cu punct de feston.

Despre garnituri. Garniturile ocupă un loc important în înfrumusețarea îmbrăcămintei. Valoarea lor constă însă în discreția cu care se profilează și în calitatea lor, ca material și execuție.

Alegerea garniturii se face în funcție de model și gust.

Importanța călcatului. Călcatul este operația care joacă un rol hotărîtor în aspectul unui obiect. El poate ascunde micile defecte sau poate deforma o cusătură corect executată.

Călcatul corect se execută mișcînd mașina pe material în sensul firului drept, într-o singură direcție. Tot așa se calcă și obiectele croite pe fir bie, evitîndu-se crearea cozilor caracteristice acestui fir.

Broderiile, dantelele și matlaseurile se calcă pe o suprafață moale, pentru menținerea modelului cu relief.

Obiectele de catifea se calcă cu abur.

Îmbrăcămintea din stofă sau catifea, ușor șifonată, dar migălos de călcat, se așază pe un umeraș și se ține afară pe timp cețos sau umed, sau în aburul unei camere de baie. Din cauza umezelii materialul se întinde ușor. Se trece apoi haina într-un loc uscat ca materialul să se zvînte.

Posedînd aceste sumare cunoștințe referitoare la confecționarea unui obiect, gospodina poate fi sigură că va reuși să execute obiecte de îmbrăcăminte fără riscuri.

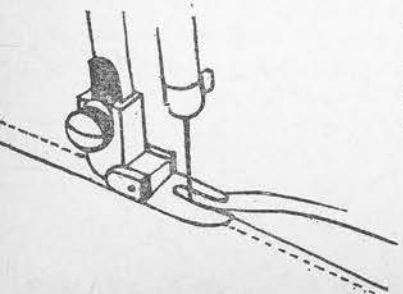


Fig. 8

ÎMBRĂCĂMINTEA PENTRU FEMEI

Îmbrăcămintea femeii este în general foarte variată și bogată ca număr de piese. De aceea, este bine ca orice femeie să știe a-și confecționa singură cel puțin obiectele ce constituie strictul necesar al garderobei sale.

Bluze. Prima lucrare practică de croitorie pe care vom încerca s-o executăm, după ce ne-am însușit teoria cusutului, va fi executată dintr-un material ieftin. Recomandăm să începeți cu confecționarea unei bluze. Bluzele pot avea diferite tăieturi și modele. Aceste modele cu tăieturi nu sînt decît variante ale tiparului de bază folosit. După ce ne vom însuși tehnica executării bluzelor, vom vedea că din tiparul bluzei unit cu tiparul fustei pe linia taliei, obținem tiparul de rochie, capoate etc. și că tot pe tiparul bluzelor putem executa jachete de pijama etc. De aceea, tiparul de bluză, corespunzător dimensiunilor și conformației corpului nostru, îl vom păstra copiat pe hîrtie groasă. De pe acest tipar de bază vom copia ulterior pe altă hîrtie, la fiecare nouă confecționare, tiparul pentru obiectul de confecționat. După cum vom vedea, tiparele copiate vor putea fi sacrificate, unele din ele urmînd a fi tăiate în bucăți, conform croielilor fiecărui model ales. La fel vom proceda cu tiparul bun de mînecă, pentru toate variantele lui.

Bluza o putem face deschisă în față, încheiată cu nasturi. O putem deschide la spate, cu fentă cu nasturi și cheotori, sau pe umăr. Dacă bluza este decoltată la gît, avînd un decolteu rotund, pătrat, oval, în colț, atît cît să putem trece ușor capul prin răscroitură, nu mai este nevoie să aibă fentă. La gît terminăm bluza cu guler drept și revere, sau cu guler rotund, sau șal, sau cu o bentiță legată cu o fundă sau cu o cravată.

Bluzele din materiale subțiri pot fi făcute cu cerculețe, cutișoare, crețuri decorative, volănașe, danteluțe încrețite sau intercalate, broderii, jocuri de linii, jabouri, plătci, plastroane, gulerașe felurite. Bluzele din materiale pline — stofe subțiri, diftină, finet, barchet, catifea — le facem cu diverse tăieturi: pense, grupe de pense mici, libere, cute, aplicări de buzunare, încrustații, colțuri.

Bluzele cu platcă le putem face cu platcă croită separat, în diverse forme (drepte, ovale, cu colț, cu prelungire etc.), ceea ce este mai ales indicat cînd avem material puțin, sau

cu o tăietură în formă de platcă, pornită din răscroitura brațului pînă mai sus de partea cea mai proeminentă a bustului, unde facem crețuri pierdute. Bluza o putem purta înăuntrul fustei, ajustată în talie cu pense; o putem purta și deasupra fustei, cu un cordon ajustat, sau lejeră ca o cazacă dreaptă sau cu basc. Diferitele modele de bluze sînt în funcție de creația modei și de genul îmbrăcămintei ce-l adoptăm.

Mîneca bluzei poate fi lungă, strînsă la încheietura mîinii cu o manșetă, în crețuri grupate în direcția cotului; mînecă lungă și ajustată pe cot, cu sau fără pensă; mînecă trei sferturi, depășind cotul pînă la jumătatea antebrațului sau mai aproape de cot; mînecă scurtă, cu manșetă dreaptă sau întoarsă, sau fără manșetă; mînecă scurtă și creață, strînsă pe braț cu un elastic sau cu o bentiță. Mai facem bluze fără mîneci, bluze cu umerii lați, petrecuți pe braț, cu un fel de chimono scurt.

Gulerele fiind o completare a bluzei sau a corsajului de rochii pot fi de diverse forme și modele.

Fig. 9

Gulerul îl croim numai după proba definitivă a bluzei, cînd răscroitura gîtului și fenta sînt gata. Probăm mai întîi gulerul croit din hîrtie, apoi croim gulerul după tipar și facem proba.

Bluză simplă cu mîneci lungi. Prezentăm aici o bluză simplă, fără pense pe piept, cu gulerul drept cu colț, cu mîneca lungă cu manșetă (fig. 9). Această bluză fără pensă este indicată numai pentru persoanele cu bustul mic și fetițe pînă la 12 ani, însă pentru persoanele cu bustul mai dezvoltat,

facem feţele bluzei cu pensă. Bluza aceasta se închide în faţă cu o cută dublă, cu nasturi şi butoniere.

Croim spatele şi feţele după tipar. Pentru probă, încheiem bluza în cusăturile laterale şi cusăturile umărului, apoi coasem şi pensele din talie, atît în faţă cît şi în spate, pentru cambrarea bluzei. Aceste pense le facem ca să nu se deplaseze lărgimea bluzei la purtat. Mîneca se termină cu o manşetă dublă. După ce am luat măsura manşetei, încreţim partea de jos a mînecii cu două rînduri de creţ, adunînd creţurile mai mult spre spate, în direcţia cotului. Întrucît prin încreţire mîneca se strîmtează în partea ei de jos, facem mînecii o fentă în partea dinspre spate, în direcţia cotului. Fenta o căptuşim sau o mărginim cu o bentiţă în verif, sau o facem cu un tivuleţ îngust, cusut cu mîna.

Croim manşeta după tipar, pe materialul dublu, dîndu-i lăţimea dorită. Coasem cele două margini laterale ale manşetei îndoită în două, le întoarcem şi le călcăm. Apoi prindem faţa manşetei peste faţa mînecii încreţite.

Cusătura o facem peste creţ, pe partea manşetei, nu pe aceea a mînecii, apoi aducem partea cealaltă a manşetei pe dosul mînecii, o îndoim puţin şi o coasem pe partea dinăuntru a mînecii, cu un tiv îngust, cu puncte oblice, care să nu se vadă pe faţă.

După ce călcăm îndoitura manşetei, facem două sau patru butoniere, care se suprapun şi încheiem manşeta cu un nasture dublu.

În afară de aceste părţi ale tiparului de bluză, ne mai trebuie o fîşie pentru banda cu care dublăm fenta şi care o aplicăm pe partea de dedesubt a fentei, pentru butoniere. Putem însă face bluza şi fără bandă, adică îndoită cu un tiv din ea şi închisă cu nasturi şi butoniere. În acest caz, lăsăm de o parte şi de alta a feţelor o rezervă de 6—8 cm.

După croit şi după proba ce o facem pe partea dreaptă a bluzei, trecem semnele pe partea stîngă, mai facem o probă şi coasem bluza, călcăm cusăturile, le surfilăm, apoi facem fenta şi tivul şi prindem mîneca pentru probă.

După ce am făcut fenta bluzei, probăm şi coasem gulerul de bluză.

După ce am potrivit bine mîneca la locul ei, dăm semne de contur, o scoatem, dăm semnele pe cealaltă mînecă şi pe răscroîtura bluzei din jurul braţului, apoi o coasem.

Fig. 10

Cînd bluza este gata facem butonierele. Împărţim lungimea din mijlocul feţei, de la gît pînă la talie, în atîtea distanţe egale cîţi nasturi dorim să-i coasem. Aceasta depinde de mărimea nasturilor şi de grosimea materialului. Butonierele nu le facem prea aproape de margine, ci la o distanţă de 1—1,5 cm. Le putem face în lung, în lat sau în diagonală.

Pe partea stîngă a bluzei coasem nasturii.

Bluză cu creţ. Această bluză are cîte un grup de creţuri în loc de pensă, care ascunde formele prea accentuate sau prea scăzute ale pieptului (fig. 10). Bluza are mîneci scurte bufante, cu guler drept cu colţ şi se încheie cu nasturi în faţă. Spatele este drept, ca la celelalte tipare, cu pensă în talie. Faţa prezintă o tăietură orizontală, cam la 12—14 cm mai jos de umăr. Tăietura o facem de la linia de răscroitură a braţului, simulînd o platcă. Partea de jos a tăieturii, în direcţia răscroiturii braţului, este mai largă. Prin creţul ce-l facem, strîngem această lărgime atît cît se cere pe corp.

Pentru probă facem întîi două rînduri de creţ, lăsînd capetele aţelor libere. Strîngem creţul şi-l împărţim egal pe toată distanţa tăieturii. Unim partea de sus a tăieturii, cu partea încreţită, printr-o cusătură pe dos. Cusătura o facem pierdută în partea dinspre mijlocul feţei, pînă ajungem să luăm pe ac numai 2—3 fire din material. Surfilăm bine şi des ca să întărim această cusătură îngustă.

Mîneca scurtă, bufantă, o croim după tiparul de bază modificat, prin intercalări de benzi, aşa cum s-a arătat la capitolul de modificare a tiparului. Creţurile mînecii scurte bufante le adunăm mai mult pe cuglu (capul mînecii), mai puţin în părţile laterale şi de loc în dreptul cusăturii de sub

braț. Facem două rînduri de creț, ca să le putem distribui bine și cînd prindem mîneca de corsaj, potrivim cusătura între cele două rînduri de crețuri. Partea de jos a mînecii o ținem cu o bentiță, sau cu un elastic trasat într-un tivuleț cu cap.

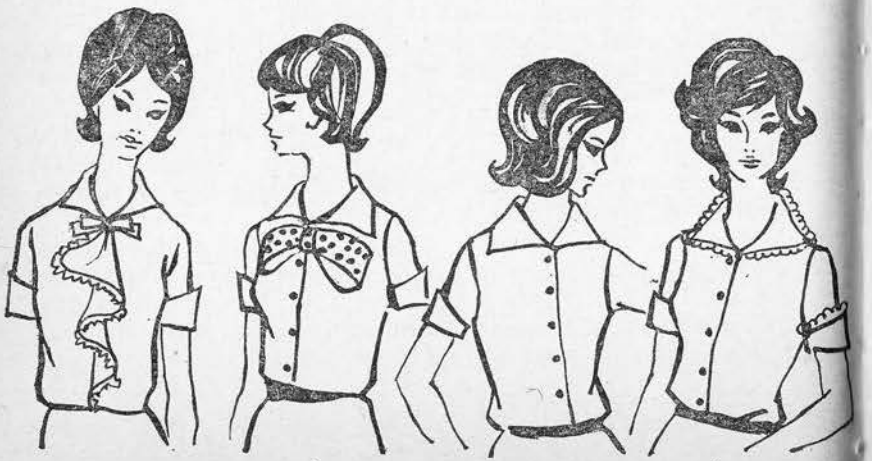
După aceea executăm toate lucrările obișnuite ale unei bluze.

Fig. 11

Bluză bordisită cu material imprimat. Această bluză cu platcă și crețuri (fig. 11), după ce este porbată și cusută, o bordisim pe față și pe do. în jurul gulerului, reverelor, buzunarului, mijlocului feței și manșetelor, cu o bentiță verif, din material înflorat sau cu buline. O putem broda și cu material uni, din altă culoare decît aceea a bluzei.

Bluză cu variante (fig. 12) reprezintă o bluză simplă albă, cu guler răsfrînt (fig. 12 *c*) și cu manșete cu colț. Această bluză o putem purta simplă, încheiată cu nasturi în față. Îi putem da însă și alte înfățișări, purtînd-o în mai multe feluri, care-i schimbă aspectul.

Astfel, îi putem pune la gît o fundă mare cu buline (fig. 12 *b*, sau un jabou croit cloș (fig. 12 *a*) și o funduliță înnodată la gît),



a *b* *c* *d*

Fig. 13 a

sau îi coasem o danteluță creață în jurul gulerului și manșetelor (fig. 12 *d*), sau o purtăm cu o cravată lată făcută din material în dungi așezate pe diagonală și cu manșetele la fel.

Fig. 13 b

Fig. 14

Se mai pot confecționa și alte modele de bluze (fig. 13 *a* și *b* și fig. 14).

Iie. În afară de iia națională din pînză topită sau mai groasă, cu felurite cusături, putem face o iie din orice alt material subțire și moale, care să nu fie apretat (fig. 15). Croim două dreptunghiuri, egale cu lungimea feței luată cu 10 cm, mai jos de baza gîtului din direcția umărului, pînă în talie, plus 15 cm pentru partea care intră în fustă. Lățimea lor este egală cu jumătate din grosimea bustului, măsurat peste partea cea mai dezvoltată a pieptului, cu un plus de 6 cm. Pentru mînecă croim alte două dreptunghiuri de 50—60 cm lățime și lungi cît măsurăm din gît, peste umeri, pînă la încheietura de jos a mîinii. Ne mai trebuie două pătrățele cu latura de 8 cm pentru romburile de la subsuori și o bentiță în jurul gîtului, de 2 cm lățime, și lungă cît este necesar pentru decolteu. Unim cu cusături făcute cu ață la culoarea iiei, sau dacă vrem cu puncte de feston rar în altă culoare, dreptunghiul feței și al spatelui, cu dreptunghiul mînecilor, pe o lungime de circa 20 cm.

Mai jos de această cusătură intercalăm, ca și la bluzele chimono, cîte un romb (din cele două pătrate) la fiecare subsuoară.

Pornind de la aceste romburi încheiem apoi fiecare mînecă separat, iar fața și spatele le încheiem în continuarea pătratului, pe linia de subraț. Facem tivul de jos și apoi în mijlocul feței o fentă, pe care o terminăm cu un tiv.

La partea de sus a dreptunghiului facem de asemenea un tiv mic și de-a lungul lui, pornind de la o parte și de la alta a fentei, pe toată marginea dreptunghiului, dăm cîteva rînduri de creț, lăsînd capetele aței libere la amîndouă marginile fentei. Strîngem apoi firele crețului și probăm iia, ca să stabilim mărimea decolteului. La capetele de sus ale fentei coasem două șireturi împletite din ață, sau două panglicuțe, cu care legăm iia la gît.

Partea dinspre gît a iiei o mai putem bordisi cu un paspoal îngust, după ce am distribuit egal crețul. În cazul acesta, înainte de a face crețul, nu este nevoie să îndoim partea din-

spre gît a iiei, deoarece marginea de sus intră în paspoal.

Fusta. Fusta purtată la diferite bluze este îmbrăcămintea zilnică cea mai potrivită și mai comodă la ocupațiile noastre, prin faptul că fusta nu trebuie curățită sau spălată atît de des ca bluzele, pe care le schimbăm mereu, pentru că vin în atingere cu părul, gîtul și subsuoara.

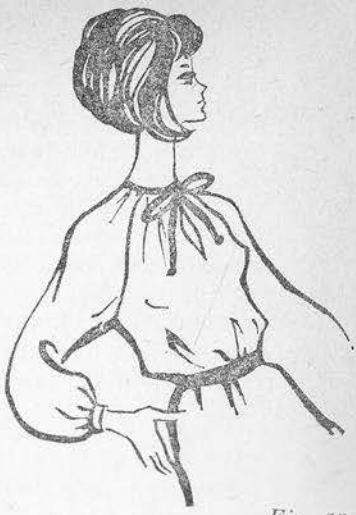


Fig. 15

Fustele de iarnă le facem din material gros și călduros, cu croieli simple, drepte: cele de primăvară le facem din lenaj subțire, uni, sau în carouri, diagonale sau alte desene, iar cele de vară din doc, buret, șantung, mătase înflorată și stămburi colorate, la care purtăm bluze albe, cu mînecă scurtă, sau fără mîneci. Fustele subțiri le facem largi, încrețite, cu cute sau cu pliseuri.

Modelele de fustă prezintă felurite croieli. În afară de fusta dreaptă cu patru sau două cusături, putem face fuste cu cute, cu intercalări de cute, fuste înguste pe corp, cu o singură cută în față, sau în spate, sau laterală, fustă cu buzunare tăiate sau aplicate, sau ascunse sub cute, tăiate în croieli. Mai putem face fuste largi din clini, din cloș, din croieli evazate, fuste croite în verif cu joc de linii, fuste încheiate de sus pînă jos cu nasturi, fuste largi de seară, foarte largi sau foarte înguste, cu corseletă etc.

Fuste cu cute libere. Această fustă are de jur împrejur cute libere, necălcate, prinse numai în talie. Modelul acesta avantajează mai ales persoanele înalte, cu șoldurile mici și talie subțire.

Pentru croitul acestei fuste ne servim de tiparul de bază, numai pentru a controla măsurile. Pentru fusta în cute folosim un metraj egal cu de trei ori conturul șoldurilor, cuprinzînd astfel două sau mai multe foi. Nada acestor foi trebuie s-o potrivim în interiorul unei cute. Însemnăm apoi cu un cartonaș crestat adîncimea cutelor și distanța dintre ele. Însăilăm cutele pe semnele date.

Întrucît grosimea taliei este mai mică decît grosimea șoldurilor, iar cutele le facem calculate la grosimea șoldurilor,

avem grijă ca lărgimea rezultată dintre talie și șolduri s-o luăm sub formă de mici pense sub cutele laterale, adică sub cutele din direcția șoldului. Dacă diferența este prea mare, o putem lua în pense sub cute, de jur împrejurul taliei

După ce cutele sînt însăilate pînă jos, prindem fusta de rejansă, desfăcînd locul pentru fentă într-o cusătură laterală și probăm.

După ce am făcut tivul, îl călcăm cu cutele desfăcute, apoi călcăm din nou cutele.

La fel putem executa fusta cu cute tighelite, cît vrem de jos.

Această fustă o putem face și cu cute laterale, lăsînd mijlocul feței și al spatelui fără cute.

Fustă cu cute duble tighelite. Acest model de fustă cu cute duble, destul de adînci, tighelite de la talie în jos pe aproape jumătate din lungimea lor, dă o linie frumoasă corpului chiar persoanelor cu formele pline.

Înainte de a aplica tiparul pe material, însemnăm cu cartonașul crestat adîncimea cutelor și distanța dintre ele, apoi le însăilăm pe toată lungimea lor și le călcăm ușor. După ce cutele sînt gata, aplicăm tiparul cu linia de mijloc a feței pe cuta din mijloc și croim în jurul tiparului, ca pe material drept, lăsînd rezervele necesare pentru cusăturile de șold și tiv. După ce însăilăm cusăturile și probăm fusta pe rejansă, călcăm cutele, scoatem ața de însăilat de la linia de tighel în jos și probăm fusta cu cutele libere, ca să ne dăm seama cum cad și dacă este nevoie să facem corecturi, luîndu-le sau adîncindu-le de sus. Apoi, executăm fusta și tighelim cutele pe distanța ce dorim și întărim locurile de unde se desfac cutele, cu o bridă. În interiorul cutelor laterale putem face de o parte și de alta cîte un buzunar.

Rochia. Rochia nu este altceva decît corsajul și fusta prinse pe linia de talie. Și rochia, ca și bluza și fusta, poate avea felurite tăieturi, combinații și garnituri, în funcție de modelul ales.

Rochiile de iarnă le facem de obicei din material gros și călduros. Este de preferat ca aceste rochii să fie simple, în linii drepte, garnitura constituind-o tăieturile modelului ales, precum și nasturii, butonierele și gulerele.

Rochiile de iarnă le putem confecționa și dintr-un taior vechi, dintr-un pardesiu sau dintr-un costum bărbătesc.

Modelul pentru rochiile transformate îl alegem în funcție de posibilitățile și de felul materialului.

Rochiile de primăvară și de toamnă, le facem dintr-un lenaj mai subțire sau dintr-un material ecosez, în dungi pe lat, în lung sau în diagonală, din material pepit și din alte diferite țesături moderne, care prezintă o mare varietate de desene, culori și calități.

Rochiile de vară le facem din felurite imprimeuri sau din materiale uni. Aceste rochii le facem de preferință decoltate, cu sau fără mînecuță, cu fusta creață în cute adînci. Din șantung, doc sau alte materiale uni facem rochii din două piese, cu fusta dreaptă, cu o singură cută adîncă în față sau în spate și o jacheță scurtă, cu mîneci scurte sau trei sferturi. Mai facem pentru vară rochii combinate din două materiale, precum și rochii încheiate de sus pînă jos cu nasturi și care sînt ușor de călcat.

Toate rochiile de vară le facem din materiale lavabile, pentru a le putea spăla la fel cum spălăm și bluzele.

Fig. 16

Rochie simplă. Pentru începătoare recomandăm această rochie simplă, cu corsajul încheiat în față cu nasturi, cu guler rotund, mînecă lungă pe cot și fusta cu o tăblie, formînd cîte o cută într-o parte și alta (fig. 16).

Partea din spate a corsajului este dreaptă, cu pensă în talie, iar partea din față este cu pensă în talie și o rezervă în mijloc pentru fentă.

Partea din spate a fustei este dintr-o bucată, iar fața are o tăblie. Mîneca o croim după tiparul tip de mînecă, cu pensă pînă la cot, fiind o mînecă ajustată.

Gulerul rotund îl croim din materialul dublu, astfel ca spatele și fața gulerului să fie pe fir drept.

La croit aplicăm pe material tiparul de bluză, din care suprimăm partea din talie pînă la șolduri.

Fig. 17

Lăsăm o rezervă de 5—6 cm de la linia de talie în jos, pentru cusătura care unește corsajul de fustă. Această rezervă ne servește la eventualele modificări ce survin la probă.

Aceeași rezervă o lăsăm fustei, pe linia de talie. La probă corectăm pe noi întîi corsajul, îi facem pensele, fenta și-i prindem mulajul sub guler.

Numai dacă corsajul nu are nevoie de modificări, fixăm linia de talie și prindem fusta de corsaj.

Rochie fără cusătură în talie. Prezentăm aici o rochie croită dintr-o lungime, de sus pînă jos (fig. 17), cu o pensă pe umăr și alta în talie. La spate are de asemenea cîte o pensă în talie. Rochia este strînsă cu un cordon. Corsajul are o fentă în mijlocul feței la gît și un guler drept cu colț.

Pentru tiparul acestei rochii ne folosim de lungimea totală a rochiei, de pe tabela de măsuri, sau unim tiparul de corsaj cu cel de fustă. Așezăm tiparul întins pe toată lungimea lui pe materialul dublu, cu mijlocul feței și al spatelui pe îndoitura materialului, deoarece modelul acestei rochii nu prezintă cusături în mijlocul feței și al spatelui.

Unim rochia, însăilînd cusăturile laterale de sus pînă jos, pentru probă. La gît facem fenta, ca să putem trage rochia peste cap. Dacă lăsăm rochia destul de largă în talie, pentru a o îmbrăca cu ușurință, ea nu are nevoie de fentă laterală în cusătura stîngă de sub braț. Dacă însă vrem s-o ajustăm mai bine pe corp, prin pensele arătate pe tipar, ca să stea mai strînsă în talie, facem rochiei o fentă laterală.

La rochiile croite dintr-o bucată se poate să avem nevoie și de o pensă orizontală, făcută pe linia de talie, sub braț.

Această pensă o facem pentru a potrivi mai bine pe noi corsajul, și pentru a lua în ea surplusul care face să stea rochia umflată în dreptul taliei. Pensa o facem după ce am probat rochia și am fixat locul taliei cu un cordon, potrivind-o să fie acoperită de cordon, ca să nu se vadă la purtat. Această rochie are nevoie de bride, pentru fixarea cordonului. Gulerul îl croim pe fir drept.

Capotul. Îmbrăcămintea de casă preferată, în primele ore de dimineață sau cînd ne întoarcem de la serviciu, o constituie capoatele.

Capoatele de iarnă se fac din diverse materiale călduroase ca: barchet, molton, zanana, diftină, catifea sau stofă subțire uni sau imprimată, în dungi sau carouri.

Capoatele de vară se pot face din stambă, creton sau mătase în diferite culori sau imprimeuri.

Fig. 18

Capoatele se fac deschise în față, petrecute și încheiate sau legate, pentru a fi ușor îmbrăcate și dezbrăcate. De aceea se croiesc mai largi, iar lungirea capoatelor variază. Cele de după amiază se pot face lungi pînă la pămînt.

Capotul de iarnă are mîneca lungă, iar gulerul, clapele buzunarelor și manșetele sînt făcute din material de altă culoare (fig. 18). Capotul se petrece în față și se leagă în talie cu un cordon. Pentru croitul acestui capot, se folosesc tiparele de fustă și bluză, unite pe linia de talie sau un tipar întreg copiat de pe un capot.

Se croiește capotul pe materialul dublu, dintr-o lungime, fără cusătură în talie. Capotul are pense în talie și pe umăr. Se pregătește capotul pentru probă. După corecturi se fini-

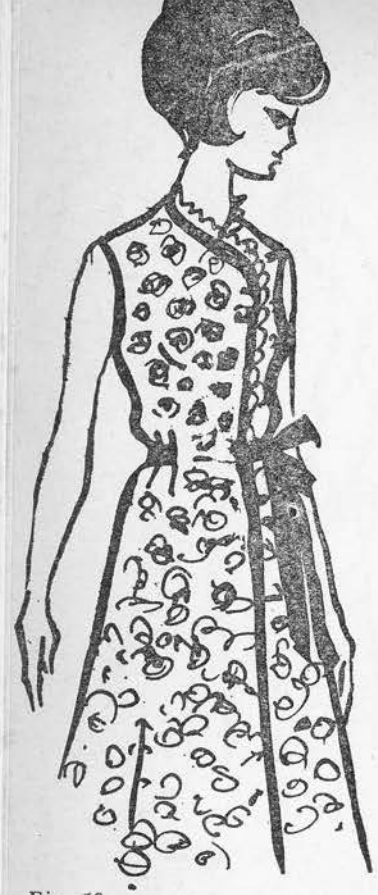


Fig. 19

sează cusăturile, apoi se aplică mînecile și se face proba gulerului.

Atît gulerul, cît și clapele buzunarelor și manșetele se pot face cu un tighel lat.

Capot de vară. Acest capot de vară este fără mîneci (chimono scurt), foarte ușor de executat (fig. 19). În față are o garnitură din altă culoare, împrejurul reverului, iar în talie se leagă cu un cordon trecut printr-o mică fentă laterală.

Spatele capotului se croiește dintr-o lungime, pe materialul dublu, pe care se așază tiparul de hîrtie pe toată lungimea lui. Cele două fețe se fac petrecute, cu o rezervă de 10—15 cm în mijlocul fețelor. Linia întreruptă arată mijlocul fețelor. Această parte a capotului se dublează de sus pînă jos cu o bandă sau se îndoaie din el, dacă materialul este destul de lat.

Pentru probă se închid pensele, se însăilează cusăturile umărului și cusăturile laterale pînă jos. Se înseamnă cu un șiret locul taliei. Pe marginea reverului, atît pe partea dreaptă cît și pe partea stîngă, în dreptul taliei, se prinde cîte un cordon dublu destul de lung pentru a-l înnoda la spate. Cordonul din dreapta, adică al părții de deasupra, se leagă la spate, unde se întîlnește cu cealaltă parte a cordonului, prinsă de latura stîngă, de dedesubt, a capotului, care se trasează printr-o deschizătură făcută părții de deasupra a capotului, pe linia de talie, la vreo 10 cm distanță de mijlocul feței. Partea din față a capotului rămîne pe o distanță de 10—15 cm fără cordon. Astfel, lărgimea capotului se strînge în cordon, lăsînd fața capotului, pe partea lui de deasupra, întinsă pe corp.

Deschizătura pentru trasat cordonul se face pe locul stabilit, după ce capotul este gata. Se tivește deschizătura, îndoind marginile înăuntru, se prinde cu puncte dese și se întăresc capetele cu cheițe, ca să nu se rupă.

Capotul se poate purta cu reverele deschise sau închise. Ca garnitură se poate aplica o bandă croită verif, în jurul reverului, pînă în talie. Banda se face dintr-o culoare contrastantă sau din material în dungi.

CE LUCRĂM PENTRU SOȚ

Pentru soț gospodina poate confecționa singură o cămașă, un chilot și o pijama.

Cămașa de zi. Cămașa de zi bărbătească constituie obiectul cel mai prețios din lenjeria unui bărbat. Pentru acest motiv este necesar să se acorde o atenție deosebită atît croirii cît și confecționării cămășii. Pentru obținerea tiparului se copiază o cămașă veche care a fost bine croită.

Tiparele de cămașă se așază pe materialul îndoit pe firul de lungime al țesăturii, începînd cu tiparul părții din spate. Lățimea îndoiturii părții îndoite va fi egală cu lățimea tiparului, plus rezerva necesară cusăturii de subraț.

Rezervele necesare cusăturilor cămășii sînt de 1,5 cm la toate cusăturile cu excepția fentei din mijlocul feței, unde se prevede o rezervă de 8 cm.

Platca se croiește dublă, iar manșetele, gulerul și bentița se croiesc triple. Tiparele lor se așază pe lungimea materialului, în spațiul rămas liber între tiparele mari.

Montarea cămășii începe cu fixarea plătcii la partea din spate. În acest scop, se face la partea din spate o cută sau două în mijlocul spatelui, potrivind așa fel ca marginea de sus a cămășii să devină egală cu lungimea plătcii. Se așază apoi spatele cămășii față la față pe platcă, potrivind ca semnele de contur și cele de mijloc, de la spate și platcă, să coincidă. Peste spatele cămășii astfel așezat se aplică dublura plătcii cu fața spre spatele cămășii, potrivind semnele așa cum s-a arătat mai sus. Se coase apoi deodată spatele cu fața și dublura plătcii. Se întoarce apoi platca și se tighelește pe față în vîrful cusăturii.

Fețele se montează susținute ușor pe dublura plătcii cu cusătura pe fața cămășii. Se acoperă apoi cusătura cu fața plătcii care se tighelește pe față, în marginea îndoiturii.

Cusăturile de subraț se finisează cu cusătură franțuzească, lăsîndu-le libere pe o distanță de 10—12 cm mai sus de linia de lungime.

Fenta din mijlocul feței se face triplă. În acest scop se îndoaie rezerva pentru fentă, făcîndu-se muchia pe fața cămășii, la 2 cm în afara liniei de mijloc a feței. Surplusul de material se răsfrînge și se îndoaie spre dosul cămășii, în așa fel încît marginea materialului să ajungă pînă la muchia fentei, obținîndu-se astfel căptușirea ei triplă. Fixarea dublurii fentei se face prin executarea butonierelor pe partea stîngă și prin fixarea nasturilor pe partea dreaptă a feței.

Tivul cămășii se face îngust și tighelit pe margine.

Întărirea cusăturilor de subraț, în partea de jos, se face aplicînd pe dosul cămășii, pe cusătura subrațului, un triunghi din material care se tighelește împrejur.

Gulerul și bentița se fac triple. Se coase gulerul întîi pe dos și apoi se întoarce pe față și se tighelează pe margine. Se montează apoi gulerul pe bentită, folosindu-se procedeul de la montarea plătcii pe partea din spate a cămășii. După aceasta se atașează gulerul la cămașă, aplicînd bentița pe răscroitura gîtului după procedeul de la montarea plătcii pe fața cămășii.

Cusăturile mînecilor se finisează cu cusătură franțuzească, însă în prealabil se execută fenta.

Fenta se face aplicată cu colț pe față.

În acest scop se pregătește o bentiță croită pe fir de lungime, lată de 5 cm și cu lungimea egală cu deschizătura fentei, plus 4 cm pentru colțul fentei.

Se aplică bentița cu fața pe dosul mînecii, pe partea dinspre față a mînecii (partea mai mare), începînd de la marginea de lungime a mînecii și pînă la capătul tăieturii fentei. Se răsfrînge apoi bentița pe fața mînecii și se aplică pe mînecă la 1 cm depărtare de cusătura fentei. Colțul fentei poate rămîne drept sau se poate face ascuțit. Se tighelează apoi marginea fentei pe față. Partea de dedesubt a fentei se finisează cu un tiv îngust.

Manșeta se face triplă și tighelită pe față, ca și gulerul. Se atașează la mînecă aplicînd-o de la un capăt la altul al fentei după procedeul folosit la montarea plătcii pe fețele

cămășii. Lărgimea mînecii se susține pe manșetă prin cute făcute spre deschizătura fentei mai multe la partea de deasupra mînecii.

Atașarea mînecii la cămașă se face potrivind cusătura mînecii în cusătura subrațului, iar mijlocul mînecii în mijlocul răscroiturii.

Butonierele fentei din mijlocul feței se fac începînd de pe bentița gulerului și pînă sus cu 20 cm de lungimea cămășii, la distanțe egale de circa 11—12 cm. Butonierele se fac verticale pe cămăși și orizontale pe bentița gulerului și pe manșete. Nasturii se cos cu picioruș.

Chiloți bărbătești. Chiloții completează lenjeria de corp bărbătească. Ei pot fi confecționați din diferite materiale, șifon, indian, pînză albită etc.

Tiparul se obține prin copierea conturului unui chilot vechi.

După ce materialul a fost „dat la apă" și călcat, se croiește. Pentru croit materialul se pune dublu și se așază tiparele de spate și față decupate separat. Se lasă rezervele necesare.

Cordonul se croiește dublu și pe firul de lungime al materialului. El se aplică pe dos, pe linia de talie a chilotului. Se potrivește dublura astfel încît liniile de mijloc din spate de pe cordon și pantalon să coincidă. Însăilarea cordonului se face fără să se prindă fața cordonului de pantalon, începînd din mijlocul spatelui spre față, pînă la marginea fentei. Pe față se acoperă cusătura cu fața cordonului, care se tighelează apoi pe margine.

Se fac două butoniere orizontale pe partea stîngă a cordonului, la 1,5 cm de la marginea lui. Una din butoniere se plasează chiar pe cusătura din talie, iar a doua se plasează spre marginea superioară a cordonului. Nasturii se cos cu picioruș pe partea dreaptă a cordonului.

În locul cordonului se poate face în talie un tiv lat de 2,5 cm, despărțit în două și prin care se trasează două rînduri de elastic.

Pijamale. Pijamalele se confecționează din finet, zefir, poplin etc., care sînt rezistente la purtat și mai ales la spălat. De altfel sînt materiale speciale pentru pijamale în culori și desene potrivite (cu dungi sau uni).

Pentru croit se folosește un tipar practic sau o copie de pe o pijama veche.

Partea de sus (bluza pijamalei) se confecționează cu cusături întoarse (franțuzești), iar reverele, gulerul și manșetele se fac duble. În față se încheie cu nasturi. Poate avea sau nu cordon.

Pantolonul pijamalei se confecționează la fel cu chilotul, iar marginea de jos a piciorului se finisează cu o manșetă întoarsă.

În mijlocul feței se face o fentă iar în talie se finisează cu un tiv prin care se introduce un șiret cu care se fixează pe corp.

CE PUTEM COASE PENTRU COPII

Copiii dispun de cea mai bogată și variată îmbrăcăminte ca număr de piese mai ales cînd sînt mici, fără să mai vorbim de „garderoba" noului născut.

Cămășuța pentru copii între 1—7 ani. Cămășuța pentru copii pînă la 7 ani este decoltată, are umerași și se croiește din indian, zefir, opal etc. (fig. 20).

Pentru croit se folosește un tipar copiat de pe o cămășuță model.

Fig. 20

Tiparele se așază pentru croit, începînd de la marginea materialului care a fost tăiat pe fir drept, spre interior, în așa fel încît să se realizeze cea mai mare economie de material. În acest scop se așază tiparul de spate, potrivindu-se linia de mijloc pe îndoitura materialului și cu liniile de lungime la marginea țesăturii.

Tiparul de față se așază în lungime pe material, potrivindu-l cu linia umărului față în față cu umărul din spate.

Prin acest procedeu de așezare a tiparelor se realizează maximum de economie, întrucît materialul care cade de la răscroitură rămîne sub formă de bucăți mari, care pot fi utilizate ulterior.

Operațiile de confecționare a unei cămășuțe de zi cu umeraș sînt simple și ușoare.

Cusăturile de subraț se finisează cu refec, iar tivul cămășuței se poate coase ascuns sau cu găurele oarbe.

Decolteul, umerașul și răscroitura brațului se finisează fie cu feston, bordat cu bie în culoare, sau divers colorat (roz, bleu), fie cu o danteluță îngustă sau mărginite cu feston.

Înainte de a trece la finisarea acestor părți, colții umerașilor se dublează pe toată lățimea lor și pe o distanță de 5 cm de la vîrful colțului în jos. Dublarea colțurilor este necesară pentru executarea butonierelor la partea din față și pentru fixarea nasturilor pe umerașii din spate.

Butonierele se fac după finisarea cămășuței și se taie în linie verticală la mijlocul colțului. Nasturii se cos tot la mijlocul colțului.

În jurul decolteului, la partea din față, se face o broderie ușoară sau o monogramă.

Rochița. Modelele cele mai potrivite pentru rochițele fetițelor în vîrstă de 1—7 ani sînt cele care prezintă lărgimea de la nivelul plătcuței. Lărgimea poate fi strînsă sub formă de creț, de cute, cerculețe, clini, cloș etc. (fig. 21).

Plătcuța rochiței poate fi dreaptă sau de diferite forme. În mijlocul feței sau al spatelui, rochița se face cu fentă, iar gulerul poate fi rotund sau cu colț. Pe plătcuță și pe fustiță se poate face o broderie care constituie o garnitură a rochiței.

Rochițele pot fi făcute cu mîneci lungi, scurte sau fără mînecă și ele se pot confecționa din stofă subțire, catifea, pichet, barchet, olandă, stambă, organdi, mătase etc.

Pentru croit se folosește un „tipar practic" sau un tipar copiat de pe o rochiță veche.

Pentru croit se așază tiparele pe materialul dublu, potrivindu-le cu liniile de mijloc pe firul de lungime a țesăturii, cu excepția plătcuței, care se așază cu linia de mijloc pe firul de lățime a materialului.

Rezervele necesare cusăturilor sînt următoarele: 1,5 cm pentru răscroituri, 2,0 cm pentru liniile de cusături, 6—10 cm pentru linia de tiv, 1 cm pentru guler, manșete și linia de lungime a mînecii.

Plătcuța se montează unind umerii părții din față cu cei din spate, finisîndu-i cu cusătură franțuzească, dacă mate-

Fig. 21

rialul este subțire, și cu cusături simple descălcate pe dos, dacă materialul este gros.

Dacă plătcuța se dublează, umerii se finisează numai cu cusătură simplă, indiferent de material. De obicei, plătcuța se dublează, deoarece prezintă mai multă rezistență, iar rochița cade mai frumos pe corp.

După ce s-a montat și dublura plătcuței, se finisează deschizătura din mijlocul feței. În acest scop se așază fața și dublura plătcuței, potrivindule față pe față, și se cos pe marginea liniei de fentă. Se întoarce apoi plătcuța pe față, se însăilează cusătura pe margine și se suprapun liniile de umăr, răscroiturile și liniile de mijloc. Se însăilează toată plătcuța. Platca astfel pregătită se atașează la corpul rochiței, care a fost pregătit în prealabil.

Corpul rochiței se pregătește finisînd liniile de subraț și executînd pe marginea de sus 1—3 rînduri de crețuri, atît la față

cît și la spate. Creturile se încep la fiecare parte de la linia de mijloc, într-o parte și în alta, spre răscroitura brațului, unde se lasă liber capătul firului de ață. Primul creț urmărește semnul de contur, iar cei următori se dau pe rezerva cusăturii, la intervale de 0,3 cm. Se strîng firele de ață de o parte și de alta a liniei de mijloc, pînă se obține marginea egală ca lungime cu marginea plătcuței.

Pe rochița astfel pregătită se montează plătcuța.

Pe plătcuță și pe corpul rochiței se aplică o broderie ușoară, care formează garnitura rochiței.

Rochițele subțiri se pot face și fără mînecuță sau numai cu un volănaș în jurul răscroiturii brațului.

Unele modele de rochițe prezintă în loc de plătcuță două bretele simple sau înnodate pe umăr. În acest caz, corpul rochiței se montează pe o bentiță lată de circa 5 cm. Acest gen de rochițe sînt indicate pentru timpul verii.

Observații. Lărgimea prevăzută pentru creți la corpul rochiței poate fi distribuită egal pe toată lungimea plătcuței sau se poate distribui pe grupuri de creturi. Această lărgime mai poate fi susținută în cute trase la mașină sau cute necălcate.

Pantalonași. Dintre pantalonașii pentru copii putem confecționa cu ușurință chilotul și spilhozenul.

Pantalonașul-chilot (fig. 22) poate fi purtat de la vîrsta de 7 luni pînă la 8—9 ani. El poate fi confecționat din șifon, indian, finet etc.

Tiparul de pantalonaș-chilot se obține prin copierea de pe un chilot vechi sau de pe un model.

Croirea și confecționarea pantalonașului-chilot. Pantalonașul se poate croi pe firul de lungime al materialului sau pe fir bie. Ca rezerve pentru cusături se socotește cîte 1 cm pentru cusătura șoldului și răscroitura piciorului și 1,5 cm pentru linia de talie.

Cusăturile de pe șold se pot face cu cusătură franțuzească sau cu refec.

Răscroitura piciorului se face dublată sau brodată cu bie, sau cu feston, danteluță ori picouri. Pe partea din față, înspre șold, se poate aplica o broderie ușoară. La linia de talie se face un tiv lat prin care se trece un elastic.

Pantalonașul șpilhozen. Șpilhozenul este un pantalonaș cu bretele, cu bridă sau plătcuță în față, iar în spate cu elastic (fig. 23). El se poartă atît de fetițe cît și de băieți de la vîrsta de 7—8 luni pînă la 7 ani.

Pentru pantalon se folosește tiparul de pantalonaș-chilot.

Plătcuța, bretelele și buzunarul se croiesc după dorință.

Plătcuța poate prezenta diferite forme: dreptunghi, trapez, floare, fluture, fundă etc.

Dimensiunile plătcuței pentru copii în vîrstă pînă la 1 an sînt: lățimea 8 cm, iar înălțimea 6 cm. Aceste măsuri se măresc cu cîte 1 cm pentru fiecare an.

Croirea și confecționarea șpilhozenului. Croirea și confecționarea șpilhozenului se fac ca la pantalonașul-chilot, cu excepția liniei de talie. Plătcuța și bretelele se croiesc pe fir drept și se fac duble. Ca rezerve pentru cusături se lasă 0,5 cm. Atît plătcuța cît și bretelele se pot executa și nedublate, însă în cazul acesta se finisează marginea cu un paspoal de aceeași culoare sau de culoare contrastantă, formînd astfel o garnitură. Buzunarul se croiește tot pe fir drept. Rezervele pentru cusături variază după modul de finisare a buzunarului. La marginea liberă a buzunarului se socotește o rezervă de 2,5 cm pentru tivul ce se face în formă de bentiță și cîte 0,5 cm dacă marginea exterioară se tighelește în vîrf, sau cîte 1,5 cm dacă se tighelește cu marginea lată.

Dacă buzunarul se finisează paspoalat, se lasă numai o rezervă de 0,5 cm în jurul lui. Plătcuța, bretelele și buzunarul se finisează la fel, întrucît ele formează partea cea mai frumoasă a șpilhozenului.

Plătcuța se atașează la șpilhozen potrivind-o cu linia de mijloc în cusătura din mijlocul feței pantalonului. Marginea dublurii plătcuței se răsfrînge peste pantalon, acoperind cusătura din talie. Restul liniei de talie a pantalonului se dublează cu un bie sau un șiret prin care se introduce un elastic.

Bretelele se aplică pe plătcuță, se încrucișează în spate și se prind în nasturi pe linia de talie, sau se înnoadă după gît.

Buzunarul se fixează în mijlocul feței sau într-o parte. Pe buzunar și pe plătcuță se poate aplica o broderie ușoară colorată, cînd șpilhozenul este făcut dintr-un material uni.

LENJERIA PENTRU PAT

Lenjeria pentru pat se compune din cearșaf de pat, cearșaf de plapumă și fețe de pernă.

Cearșaful de pat se face de obicei dreptunghiular cu marginile laterale finisate cu dantele sau cu tivuri late, iar capetele se fac mai lungi decît marginile laterale cu cîte 20—25 cm pentru îndoit sub saltea.

Cearșaful de plapumă (fig. 24) se face cu sau fără capac și cu colțurile marginilor cusute (fig. 24 *a*) sau libere (fig. 24 *b*). Cearșaful poate prezenta capac numai pe una dintre laturile mici, iar pe restul laturilor prezintă o margine potrivit de lată și se fixează pe plapumă cu nasturi.

Cearșaful mai poate prezenta capac pe toate laturile și, în cazul acesta, îmbracă aproape în întregime fața plapumei. În acest caz nu este nevoie să fie fixat cu nasturi (fig. 24 *c*). Acest gen de cearșaf se numește „gen plic".

Cearșaful se confecționează din șifon, olandină sau indian alb sau de culori deschise.

Cearșaful de plapumă se croiește în formă dreptunghiulară, iar dimensiunile lui se stabilesc în raport cu mărimea plapumei și cu forma cearșafului.

Pentru cearșaful cu capac pe o singură latură (latura de lățime), dimensiunile se stabilesc astfel:

— lungimea cearșafului este egală cu lungimea plapumei plus lățimea capacului (circa 45 cm) plus lățimea marginii care se răsfrînge în jurul plapumei (circa 25 cm) plus rezerva necesară tivurilor (circa 8 cm), adică cîte 4 cm pentru fiecare tiv (capac și margine);

— lățimea cearșafului este egală cu lățimea plapumei, la care se adaugă lățimea marginii cearșafului, circa 25 cm,

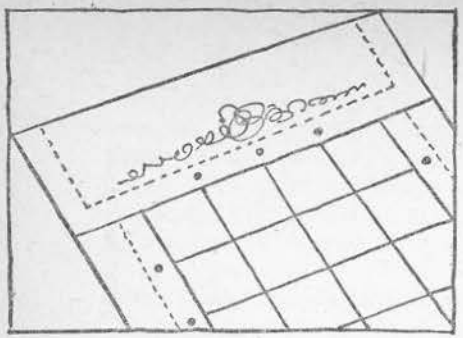


Fig. 24 a

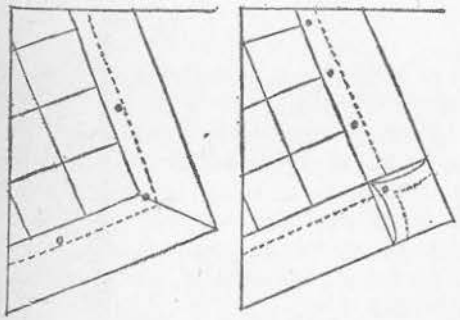


Fig. 24 b

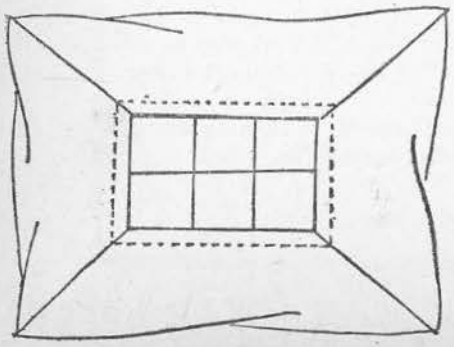


Fig. 24 c

plus lățimea tivului, circa 4 cm, ambele măsuri luate de cîte două ori.

Cearșaful gen „plic" se croiește după alte dimensiuni, care se stabilesc în modul următor:

— lungimea cearșafului este egală cu lungimea plapumei, la care se adaugă lățimea capacului și a tivului luate de două ori;

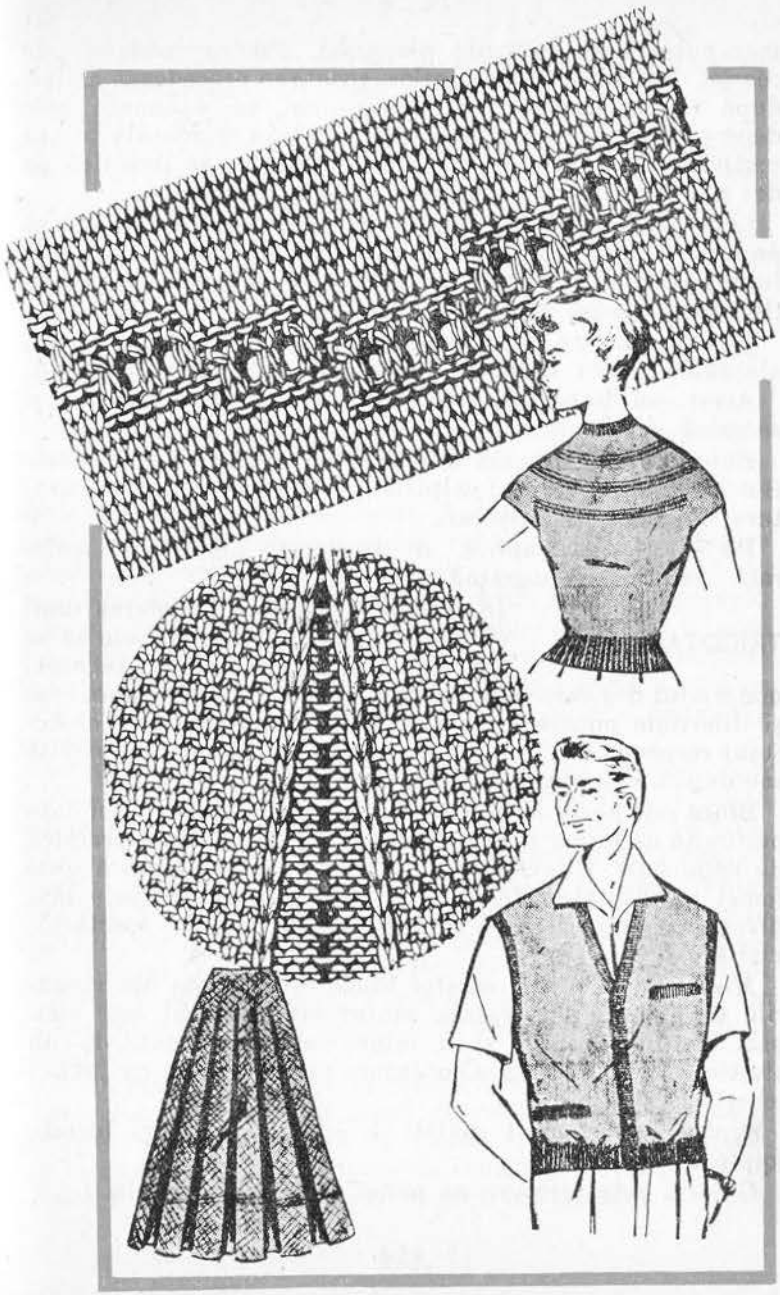
— lățimea cearșafului este egală cu lățimea plapumei la care se adaugă lățimea capacului și a tivului luată de două ori.

Cearșaful gen „plic" are toate colțurile cusute, ca să poată îmbrăca mai bine plapuma.

Lucrările de confecționare pentru ambele modele de cearșafuri constau în executarea tivurilor din jurul marginilor, ale colțurilor și ale capacului. Aceste tivuri se execută aplicate pe fața cearșafului, formînd o garnitură a acestuia. Tivul se poate finisa tighelit la mașină sau cu druguleț. Marginea tivului poate rămîne dreaptă sau se poate face cu colțuri.

Pentru modelul de cearșaf cu marginile libere, lucrările de confecționare se reduc la lucrările arătate mai sus, plus butonierele și broderia care se aplică pe capac.

Acest cearșaf se spală și se calcă foarte ușor, însă acoperă



mai puțin bine colțurile plapumei. Pentru modelele de cearșaf cu colțurile marginilor cusute se procedează astfel: după ce se coase tivul marginilor, se formează cele două colțuri unind, pe linia oblică, latura orizontală cu cea verticală a cearșafului. Cusăturile colțului se descalcă pe dos și se tighelesc pe o parte și pe alta a cusăturii.

Capetele dinspre capac ale marginilor cearșafului se fixează pe linia de îndoitură a capacului. În felul acesta, marginile fiind răsfrînte și fixate acoperă bine colțurile plapumei (în schimb, acest cearșaf se calcă mai greu).

La cearșaful gen „plic" se finisează toate cele patru colțuri, ale căror laturi îmbracă aproape în întregime plapuma.

Acest gen de cearșaf este foarte practic, însă se spală și se calcă greu.

Butonierele se fixează după nasturii cusuți pe plapumă. Butonierele din dreptul colțurilor se plasează chiar pe cusătura diagonală a colțului.

Pe capac se aplică o broderie albă sau colorată sau o monogramă.

TRICOTAJE

Înainte de a se începe tricotarea unui obiect de îmbrăcăminte trebuie să se cunoască modelul ce trebuie executat, materialul din care se tricotează, andrelele care se potrivesc și diferitele puncte de tricotaj folosite în executarea obiectului respectiv. Tricotarea se va face după un tipar copiat sau după un tipar practic adoptat.

Bluza este piesa de îmbrăcăminte care prezintă o varietate nesfîrșită de forme și modele dar și o întrebuințare practică de neînlocuit. Cîteva bluze cu o singură parte oferă unei femei posibilitatea de a fi îmbrăcată corect în cele mai diverse împrejurări: la muncă, pe stradă, la spectacol, vizită etc.

Modelul 1. Modelul acestei bluze este format din rîndurile de ajur ce traversează contextura. Gulerul este simplu. Bordura bluzei și a mînecilor este formată de un elastic simplu — 2×2. Contextura este tricotată cu „punct leneș".

Ajurul este format astfel: 1 jeteu, 2 ochiuri lucrate împreună.

Gulerul este tricotat cu punct de elastic simplu 1×1.

Modelul 2. Modelul acestei bluze simple prezintă platca și mînecile ajurate, iar restul bluzei este lucrat cu punct de jerseu, răsucit.

Modelul ajurat se tricotează astfel: se începe cu un număr de ochiuri divizibil cu 12 plus 1 ochi pentru început și 1 ochi pentru sfîrșitul fiecărui rînd.

— Rîndul I — 1 ochi pe față la început de rînd, apoi modelul — 1 ochi pe față, 1 jeteu, 4 ochiuri pe față, 1 ochi netricotat, 2 ochiuri lucrate împreună și peste ochiul obținut se trece ochiul nelucrat, 4 ochiuri pe față 1 jeteu. La sfîrșit de rînd se va lucra 1 ochi pe față.

— Rîndul II și toate rîndurile cu soț, — 1 ochi pe față, toate ochiurile pe dos, iar ultimul ochi pe față.

— Rîndul III — 1 ochi pe față la început de rînd, apoi modelul — 2 ochiuri pe față, 1 jeteu, 3 ochiuri pe față, 1 ochi nelucrat, 2 ochiuri lucrate împreună și peste ochiul obținut se trece ochiul nelucrat, 3 ochiuri pe față, 1 jeteu, 1 ochi pe față. Se repetă modelul, iar la sfîrșitul rîndului se tricotează 1 ochi pe față.

— Rîndul V — 1 ochi pe față, 2 ochiuri lucrate împreună, 1 jeteu, 1 ochi pe față, 1 jeteu, 2 ochiuri pe față, 1 ochi nelucrat, 2 ochiuri lucrate împreună, iar peste ochiul obținut se trece ochiul nelucrat, 2 ochiuri pe față, 1 jeteu, 1 ochi pe față, 1 jeteu, 1 ochi nelucrat, 2 ochiuri lucrate, împreună iar peste ochiul obținut se trece ochiul nelucrat.

— Rîndul VII — 1 ochi pe față la început de rînd, apoi 1 jeteu, 1 ochi nelucrat, 2 ochiuri lucrate împreună iar peste ochiul obținut se trece ochiul nelucrat; 2 ochiuri pe față, 1 ochi nelucrat, 1 ochi pe față, 1 ochi nelucrat, 2 ochiuri lucrate împreună și peste ochiul obținut se trece ochiul nelucrat, 1 ochi pe față, 1 jeteu, 3 ochiuri pe față. Se repetă modelul, iar la sfîrșitul de rînd se tricotează 1 ochi pe față.

— Rîndul IX — 2 ochiuri pe față, la început de rînd, apoi 1 jeteu, 1 ochi nelucrat, 2 ochiuri lucrate împreună, iar peste ochiul obținut se trece ochiul nelucrat, 1 jeteu, 1 ochi pe față.

— Cu rîndul al XI-lea se repetă modelul.

Modelul 3. Prezintă o bluză de vară, deosebit de atrăgătoare care are o garnitură formată din platcă ajurată. Bluza este scurtă pînă în talie cu o bentiță în jurul gîtului și este închisă cu un fermoar în mijlocul spatelui.

Bentița din jurul gîtului este lucrată cu punct de semielastic — 1 × 1, iar benzile de ajur ce formează plătcuța sînt tricotate astfel;

— Rîndul I și II. Toate ochiurile, lucrate pe dos.

— Rîndul III — 1 jeteu, 1 ochi luat pe andrea, fără să fie lucrat, 1 ochi lucrat și apoi trecut prin ochiul care a fost luat pe andrea nelucrat.

— Rîndul IV, V și VI. Toate ochiurile pe dos. Restul bluzei se lucrează cu „punct de jerseu".

Fusta este piesa de îmbrăcăminte cea mai practică și poate fi îmbrăcată în orice împrejurare, cu diferite bluze, dînd impresia că se schimbă rochia în fiecare zi.

Fusta tricotată poate fi simplă, dreaptă sau cu cute.

Fusta cu pliseu *solei* se tricotează *rotund*, de la șold în jos, adică fața și spatele se lucrează o dată. Pentru aceasta se folosește andreaua rotundă. La început se lucrează pe două andrele ca să se poată forma fenta din talie, întrucît altfel fusta nu se poate îmbrăca. Nu se fixează deschiderea pliseurilor (în dreptul șoldului sau chiar mai sus de șold) se trec ochiurile împletiturii pe o andrea rotundă, cu care se continuă lucrul.

Numărul pliseurilor se fixează după dorință și se procedează astfel: numărul general de ochiuri se împarte la numărul pliseurilor și apoi se fixează locul fiecărui pliseu cu ață colorată. În dreptul semnelor respective se începe adăugirea treptată, a ochiurilor, începînd cu 10 ochiuri. Pe marginile pliseului se ridică cîte un ochi din două în două rînduri. Lucrătura de fond a fustei se poate face cu punct de orez, sau cu un punct de jerseu simplu sau răsucit.

Lucrătura pliseului este executată cu punct de jerseu lucrat pe dos, iar linia din mijlocul pliseului se realizează ridicînd cîte 1 ochi pe dos, din două în două rînduri.

Puloverul se îmbracă de obicei în zilele răcoroase și în serile de vară la munte sau la mare cînd briza aduce aer răcoros.

Ele se lucrează în culori mai asortate la fuste și pantaloni sau la costume de haine.

Modelul 1. Acest pulover simplu și frumos are mîneca lungă terminată cu manșetă, iar la gît are o bentiță simplă. Se închide cu fermoar în mijlocul spatelui.

Marginea puloverului, manșetele și bentița de la guler sînt lucrate cu punct de elastic.

Restul puloverului este tricotat cu punct de jerseu răsucit și încrustat cu 4 rînduri de ajur care formează un plastron.

Ajurul este lucrat astfel.

— Rîndul I (pe fața lucrului) 1 jeteu, 2 ochiuri lucrate împreună.

— Rîndul II — Toate ochiurile pe dos.

Modelul 2. Un pulover tricotat din lînă semigroasă, cu decolteu ascuțit, mărginit de o bentiță.

Marginea puloverului, manșetele și bentița din jurul decolteului sînt lucrate cu punct de semielastic. Restul puloverului este lucrat cu punct de jerseu încrustat cu rînduri de ochiuri răsucite lucrate în felul următor:

— Rîndul I — 1 ochi pe dos, urmează o răsucitură formată din 2 ochiuri care se lucrează astfel: se tricotează al doilea ochi pe față înaintea primului ochi, fără să i se dea drumul de pe andreaua stîngă, se tricotează și primul ochi și apoi se dă drumul ambelor ochiuri deodată. Urmează 1 ochi pe dos. În continuare se lucrează 5—6 ochiuri punct de jerseu și se repetă modelul cu ochiuri răsucite.

Jacheta se poartă primăvara, toamna în zilele de vară mai răcoroase. Ele se pot face cu sau fără guler, decoltate, închise sau nu în mijlocul feței.

Modelul 1. Această jachetă dreaptă din lînă sau din angora este închisă în mijlocul feței. Gulerul este lat. Mîneca este raglan terminată cu o manșetă lată.

Fondul jachetei este tricotat cu punct de jerseu, iar gulerul, manșetele, fenta și gulerul sînt tricotate cu punct de elastic 2 × 1.

Modelul 2. Prezintă o jachetă cu plastron dantelat. Se lucrează după tiparul de jachetă simplă cu pensa la umăr. Scăzăturile necesare pensei se fac pe linia plastronului. Această linie rămîne dreaptă, iar scăzăturile se fac pe partea laterală (dinspre răscroitura brațului) care este lucrată cu punct de jerseu, care permite efectuarea scăzăturilor cu ușurință.

Jacheta este tricotată cu punct de jerseu, iar plastronul dantelat se lucrează astfel:

— Rîndul I — 1 ochi pe față, 1 jeteu, la început de rînd, apoi 1 ochi nelucrat, 2 ochiuri lucrate împreună, iar peste ochiul obținut se trece ochiul nelucrat, fără să se tricoteze 1 jeteu, 1 ochi pe față, 1 jeteu, 1 ochi pe față, 1 jeteu, 1 ochi pe față, 1 jeteu, 1 jeteu, 1 ochi pe față, 1 jeteu, 1 ochi pe față, 1 jeteu.

Se repetă modelul după nevoie, iar rîndul se termină cu 1 jeteu, 1 ochi pe față.

— Rîndul II — toate ochiurile pe dos.

— Rîndul III — 1 ochi pe față la început de rînd, apoi modelul — 3 ochiuri lucrate împreună, pe față, 9 ochiuri pe față. Se repetă modelul, iar rîndul se termină cu 1 ochi pe față.

— Rîndul IV — 1 ochi pe dos, 1 ochi adăugat, 2 ochiuri lucrate împreună la început de rînd, apoi modelul — 7 ochiuri pe dos, 3 ochiuri lucrate împreună pe dos. Modelul se repetă, avînd grijă ca la sfîrșitul rîndului să se termine cu 2 ochiuri lucrate împreună, 1 jeteu, 1 ochi pe dos.

Se repetă aceste patru rînduri.

Mănuși. Mănușile, ca și fularele completează îmbrăcămintea sport. Ele pot fi drepte numai cu un singur deget sau făcute cu 5 degete. Se pot lucra simple, cu model, uni sau cu modele colorate.

Mănușa cu 5 degete. Pentru tricotarea unei mănuși pentru o măsură obișnuită se montează circa 100 de ochiuri pe patru andrele. Se lucrează punct de semielastic, cam 5—7 cm după cît de lată se stabilește manșeta mănușii.

Se continuă încă 10—12 ochiuri cu punct de jerseu (ochiuri pe față) după care se începe tricotarea degetului mare.

Degetul mare — Se lucrează 12 ochiuri de pe o andrea și în continuare se mai pun încă 12 ochiuri noi. Se împart toate cele 24 de ochiuri pe 3 andrele și se închid pentru a se lucra degetul. Se lucrează cu punct de jerseu (ochiuri pe față) măsurîndu-se cît este de mare prima falangă a degetului mare și apoi se încep scăzăturile. Se fac 3 scăzături și se repetă, de trei ori la fel. Urmează un rînd cu două scăzături și se face vîrful degetului cu patru scăzături la fiecare rînd, de o parte și de alta a degetului.

Se reia lucrul de unde s-a întrerupt degetul mare, scoțîndu-se ochiuri noi din cele 12 ochiuri adăugate pentru deget și se continuă lucrînd pe față pînă în dreptul unde trebuie să se înceapă degetele (se măsoară lungimea pe mînă).

Degetul al doilea — Se lucrează 9 ochiuri pe cîrlig, se adaugă în continuare 5 ochiuri noi (aceste ochiuri dau lărgimea între degete) și închide degetul, se iau 9 ochiuri numărate de la capătul andrelei vecine cu cea dintîi. Se lucrează drept cît este lungimea celor două falange.

Degetul al treilea — Se lucrează în continuare 8 ochiuri pe andrea, se adaugă 4 ochiuri noi, se iau 7 ochiuri de pe andrea pentru partea degetului dinspre podul palmei, se scot 5 ochiuri noi, din ochiurile adăugate la degetul al doilea, pentru intervalul dintre degetul mijlociu și cel arătător. Se lucrează drept, cît este lungimea celor două falange.

Degetul al patrulea — Se lucrează 7 ochiuri de pe andrea, se adaugă 3 ochiuri noi pentru intervalul dintre degetul inelar și cel mic, 6 ochiuri de pe andrea și se scot ochiuri noi din cele 4 ochiuri adăugate la degetul al treilea. Se lucrează drept cît este lungimea celor două falange.

Degetul al cincilea — Se lucrează restul ochiurilor și se scot ochiuri din ochiurile adăugate la degetul inelar. Se lucrează cît este lungimea celor două falange. Scăzăturile pentru toate degetele se încep în dreptul falangei a treia, făcîndu-se 2 scăzături la cîte 3 rînduri, iar vîrful se execută ca la degetul mare.

Mănușa cu un deget se lucrează la fel ca mănușa cu 5 degete, cu deosebirea că are numai degetul cel mare. În locul celorlalte 4 degete se continuă drept. Scăzăturile se fac din dreptul ultimei falange a degetelor.

Pieptarul sau vesta se poartă peste cămașă de bărbați și peste bluze de către femei. El completează îmbrăcămintea în serile mai răcoroase.

Pieptarul poate fi lung pînă în talie sau pînă spre șolduri. Punctele de tricotaj cu care se lucrează variază ca și la pulovere, după gust. Cît privește grosimea firului, acesta este mai subțire, sau mai gros, după nevoile și dorința fiecăruia.

Modelul 1. Reprezintă o vestă închisă cu nasturi în mijlocul feței. Are un decolteu ascuțit, prelungit pînă sub linia de bust. Este tricotat dintr-o lînă nu prea subțire, cu punct de țesătură. Se poate folosi punctul de orez

care dă un aspect foarte plăcut. Marginea vestei, a răscroiturii brațului, a decolteului și a feței sînt tricotate cu punct de semielastic.

Modelul 2. Un pieptar închis cu nasturi în mijlocul feței și are două buzunare.

Marginea pieptarului ca și bentițele din jurul răscroiturii mînecilor, de la buzunare și din jurul decolteului și a marginilor feței sînt lucrate cu punct de semielastic. Restul pieptarului este lucrat cu punct de jerseu răsucit.

Căciulița are forma unui fes drept cu un buton în vîrful capului. Acest buton poate fi înlocuit cu șnur înnodat sau cu un ciucure.

Pentru tricotarea acestei căciulițe se folosește firul dublu și se montează pe un număr de ochiuri corespunzător perimetrului capului și se lucrează drept cu punct leneș, iar dungile se lucrează astfel ca să capete o linie diagonală (trecînd mereu un ochi spre stînga din fiecare culoare).

SPĂLAREA, CURĂȚIREA ȘI SCOATEREA PETELOR DE PE DIFERITE OBIECTE DE ÎMBRĂCĂMINTE

Întreținerea obiectelor de îmbrăcăminte cere o atenție deosebită. De modul de întreținere și păstrare a lor depinde aspectul și durabilitatea lor. Înainte de a fi spălate sau curățate e necesar să fie controlate amănunțit și să se facă reparațiile necesare.

Flanelele de bumbac se spală cu multă grijă ca să nu intre la apă și să nu-și piardă elasticitatea. În acest scop se folosesc diverse procedee de spălare. De exemplu: se pot spăla în apă cu borax (1 lingură de borax la 1 l apă) și se limpezesc cu apă călduță ușor sărată. Se pun într-o cîrpă, se storc și se întind pe o masă. Se calcă pe dos cînd sînt jilave.

Se mai pot spăla în:

— apă călduță cu spumă de săpun și cu o linguriță de amoniac;

— decocție de săpunărită;

— apă săpunată amestecată cu făină sau cartofi fierți (1 lingură la 1 l apă). După ce a dat cîteva clocote se varsă compoziția caldă pe flanelă și se freacă bine. Dispare orice miros și devin albe. Cu acest procedeu se spală din cînd în cînd și rufele copiilor mici.

Flanelele de lînă se spală și se curăță bine cu apă caldă în care s-a topit săpun „cheia" (1 bucată de săpun la 5 l apă) amestecată cu 1 lingură de amoniac și alta de terebentină. După ce se amestecă bine se moaie flanela cîteva minute, se presează bine între mîini frecînd ușor pînă se scurge toată apa. Se pune apoi într-o cîrpă rară și se stoarce bine. Se limpezește apoi în 2—3 ape călduțe în care s-a pus amoniac (1 linguriță la 1 l apă) care face ca flanela să devină suplă și albă).

Flanelele de lînă albă se mai pot curăți și prin pudrarea lor cu făină de grîu sau de cartof. Se freacă bine în toate direcțiile cu o cîrpă moale. Se scutură bine și se pun la aerisit.

Albirea obiectelor din lînă albă se face astfel: după spălat se întinde obiectul într-un dulap închis ermetic în care se arde o cantitate de pucioasă. Vaporii de pucioasă răspîndindu-se albesc complet obiectul de lînă.

Pentru ca flanelele de lînă să nu se strîngă la spălat, ele nu trebuie nici să se fiarbă, nici să se frece cu mîna și nici să se stoarcă.

Ca să nu se asprească și să nu se împîslească, țesăturile din lînă nu trebuie spălate cu apă fiartă și apoi limpezite cu apă rece. Trebuie să se păstreze aceeași temperatură a apei de la început pînă la sfîrșit. Se recomandă apă călduță. Nu trebuie să se usuce repede la foc sau la soare.

Cașmirurile (broboadele) se spală în apă călduță amestecată cu amoniac (1 lingură la 4 l apă). Se înmoaie cașmirul în această baie și după 2—3 ore se freacă bine. Se limpezește în mai multe ape călduțe, se usucă puțin și se calcă jilav.

În lipsa amoniacului se poate folosi fiere de bou.

Cămășile bărbătești se spală bine în apă cu sodă, albol, perlan etc. și cu săpun. Se fierbe de fiecare dată ca să rămînă albe. Se freacă bine gulerul, manșetele, subțiorile și apoi restul cămășii. Se spală pe față și pe dos, se clătesc în multe ape la început calde, apoi reci, pînă dispare orice urmă de săpun. Se scrobesc, se storc bine și se usucă la soare. Se calcă jilave.

Cămășile colorate nu se spală cu apă fierbinte nici cu săpun, nu se fierb și nu se usucă la soare. Ele se spală repede cu apă călduță cu spumă de săpun (săpunul dat direct pe cămașă, lasă urme și decolorează), se limpezesc în mai multe ape călduțe, iar în ultima apă se pune o lingură de borax și puțină scrobeală fiartă. Pentru cămășile decolorate se pune la limpezit:

— sare pentru cămășile negre;
— oțet pentru cămășile cu culori roșii și bleu;
— eter pentru cămășile mov;
— amoniac pentru culorile roz.

Cu acest procedeu se înviorează culorile cămășii.

Cămășile colorate se mai pot spăla cu:

— apă în care s-au fiert cartofi (1 kg cartofi la 10 l apă);
— apă de tărîțe (1 kg la 10 l apă);
— infuzie de fîn sau de foi de tutun indicată mai ales pentru țesăturile fine, colorate în bej.

Rufele colorate se usucă la umbră.

Lenjeria de corp se spală și se fierbe ca și cămășile albe, cu deosebire că nu se scrobește.

Costumele de haine se întrețin permanent curate, fapt care le păstrează în stare bună multă vreme. Ele trebuie periate des și amănunțit, curățate de pete la timp și păstrate pe umerașe.

Petele izolate se scot separat, iar dacă hainele sînt prea pătate se curăță în întregime procedînd astfel: se conturează fiecare pată cu ață albă, ca să se poată insista mai mult asupra ei. Se freacă materialul cu infuzie de ceai sau lemn de panama, zeamă de fasole sau cu amoniac cu apă. Amoniacul

se folosește și pentru scoaterea lustrului de pe gulere la haine și paltoane. Sub materialul ce se spală se așază cîrpe care să absoarbă murdăria. Altfel haina se îmbîcsește din nou. Se usucă la umbră așezată pe un umeraș. Se calcă jilavă.

Îmbrăcămintea de stradă nu trebuie purtată și în casă. Hainele care se folosesc zilnic vor fi scuturate des, periate și uneori bătute. Se lasă afară să se aerisească bine, golindu-se buzunarele ca să nu se deformeze. Se păstrează în locuri ferite de praf.

Hainele care nu se poartă zilnic nu se lasă ore întregi expuse prafului, ci se așază în dulapuri la locul lor, atîrnate pe umerașe. Din cînd în cînd se scot și se aerisesc.

Îmbrăcămintea de iarnă se păstrează în timpul verii în dulapuri speciale sau în cufere, unde se pune naftalină sau foi de tutun. Din cînd în cînd se controlează și se aerisesc bine. Apoi se pulverizează cu diverse insecticide și se așază la loc. Tot așa se procedează iarna cu îmbrăcămintea de vară.

Rochiile de sfoară se curăță și se întrețin ca și costumele de haine bărbătești. Se păstrează pe umerașe iar fustele se țin suspendate de cîrligele umerașului, iar pe umeraș se așază bluza respectivă.

Rochiile de catifea se curăță și se refrișează în baie de vapori de apă și amoniac (250 g carbonat de amoniu la 1 l apă, iar deasupra vasului se întinde catifeaua ținută de două persoane). Catifeaua se ține cu fața în jos, apoi se perie cu o perie moale.

Rochiile din mătase de culoare închisă se spală în apă rece cu spumă de săpun. Se limpezesc cu apă sărată sau cu oțet și se usucă la umbră. Se calcă cu fierul numai încălzit.

Parfumarea hainelor se poate face cu ajutorul săculețelor cu levențică sau sulfină ce se pun în dulapuri sau cu vată parfumată ținută în dulapuri.

Cravatele se spală numai cu neofalină cu sifon (2 părți neofalină și 1 parte sifon). Petele se scot înainte de a fi spălate. Cu amoniac dacă sînt de grăsime sau cu neofalină. Se aerisesc bine și apoi se calcă ușor pe un suport special cu mașina caldă dacă e de mătase și cu cîrpa umedă și mașina bine încinsă dacă este din țesătură de lînă.

Fularele din mătase colorată se spală cu apă caldă de tărîțe sau cu apă caldă de ploaie și cu spumă de săpun. Cele din

lenajuri se spală cu apă caldă cu amoniac. În ambele cazuri se pot folosi produsele „Alba lux" sau „Perlan alb". Se limpezesc în apă călduță și se usucă în cîrpe. Se calcă ușor jilave.

Materialele din tergal, relon, perlan se spală cu apă caldă și săpun. Se limpezesc bine și se usucă la umbră. Se calcă ușor cu mașina abia încălzită. Cămășile uscate pe umerașe n-au nevoie să fie călcate. De altfel călcatul acestor materiale e necesar sau nu, după calitatea țesăturilor.

Scoaterea petelor. Înainte de a se spăla sau curăța un obiect de îmbrăcăminte, se scot petele, dacă acestea există. Mai întîi se examinează originea fibrelor de țesătură ca să se poată alege detergenții potriviți. Este știut că nu toate țesăturile suportă orice fel de soluție. De exemplu: lîna și mătasea naturală nu suportă acidul azotic și sarea de lămîie; mătasea vegetală nu suportă acizii, iar fibrele sintetice nu suportă benzina.

Orice soluție ce se va întrebuința la scoaterea petelor, se va încerca întîi separat pe un eșantion din materialul respectiv și numai dacă se obțin rezultate bune se trece la scoaterea petelor. În caz contrar se schimbă soluția sau concentrarea soluției, căutînd alt procedeu mai convenabil.

Înainte de a se scoate pata se curăță bine țesătura de praf cu o perie uscată, se scutură și apoi se șterge din nou cu o perie jilavă.

Petele de grăsime:

— de pe lenjerie ies la spălat și la fiert;

— de pe țesăturile de bumbac, in, cînepă care se spală mai rar, se scot cu un amestec în părți egale din săpun, spirt denaturat și amoniac;

— de pe stofă și mătase se scot acoperind pata cu un strat gros de talc, iar dedesubt se pune o foaie de sugativă. După 24 ore se înlătură talcul periind bine și apoi se șterge locul cu naftalină. Dacă naftalina a lăsat urme se presară din nou talc și după cîteva ore se perie bine. Dacă pata este veche se înmoaie întîi locul cu unt și apoi se procedează ca mai sus.

Petele de ulei:

— care n-au ieșit la spălat se freacă bine cu slănină, iar după 2 ore se așază deasupra o pastă de săpun topit în puțină apă. După alte 2—3 ore se spală cu apă caldă și se clătește. Dacă e nevoie se repetă operația;

— de pe țesăturile de lînă albă se scot la fel ca de pe țesăturile de bumbac, cu deosebirea că se spală în apă abia călduță;

— de pe țesăturile colorate de lînă, bumbac, mătase se scot îmbibîndu-se cu apă cu amoniac și se aplică un strat de pudră de magneziu, frecîndu-se locul bine cu degetele ca să intre pudra în țesătură. După ce se usucă se perie pînă dispare orice urmă;

— de pe țesăturile de mătase fină, se scot cu o soluție de esență de terebentină și zeamă de lămîie luate în părți egale, pusă pe un tampon cu care se șterge bine pata.

Cînd petele de ulei sînt vechi și uscate se folosește tetraclorura de carbon.

Petele de transpirație:

— de pe rochii și haine devin mai puțin vizibile dacă se curăță locul cu apă boricată (10 g la 100 g apă);

— de pe cămăși și bluze albe se curăță cu o soluție de amoniac cu sare.

Petele de noroi:

— de pe haine se scot după ce se usucă, frecînd locul cu o perie uscată. Pe materialele fine se rade ușor pata cu un cuțit. Urmele se perie și dacă persistă se freacă cu cîrpă de aceeași culoare înmuiată în apă cu oțet.

Petele de cerneală:

— de pe țesăturile în culori deschise se scot cu apă cu sare de lămîie, iar sub pată se pune hîrtie sugativă;

— de pe țesăturile în culori închise se scot cu esență de ceai.

Petele mai vechi de pe țesăturile de bumbac se scot introducînd țesătura în baie de lapte și după cîteva minute în zeamă de lămîie. Se clătește bine.

Petele de sînge:

— se scot cu apă călduță, puțin oțet și săpun. Înainte de aceasta se ține țesătura în apă rece. Petele vechi se scot ușor cu amoniac sau apă oxigenată, după care se clătește bine cu apă curată.

Petele de vopsea cu ulei:

— cînd sînt proaspete se scot ușor cu naftalină sau terebentină;

— cînd sînt vechi se scot cu un amestec de benzină și acetonă în părți egale. Se îmbibă pata cu această soluție și după 1/2 oră se freacă locul cu o cîrpă înmuiată în aceeași soluție;

— pe țesăturile albe se folosește o pastă făcută din spirt denaturat și praf de cretă. După 2—3 ore se scutură și se curăță bine locul cu benzină sau acetonă.

Petele de mucegai de pe lenjerie se scot cu un amestec de trei părți alcool și o parte acid salicilic.

Petele de apă de ploaie de pe țesăturile de lînă colorată se curăță dacă se perie locurile cu o perie puțin jilavă și apoi se calcă cu o cîrpă udă.

Petele de păcură se scot cu grăsime sau cu gaz. Se unge pata cu unt sau slănină pînă dispare, apoi se procedează ca la scoaterea petelor de grăsime. La urmă, dacă au rămas urme se aplică o pastă din talc amestecată cu benzină. După ce se usucă se perie bine locul.

Petele de lumînare se rad ușor cu un cuțit și apoi se șterge urma cu alcool. În lipsa alcoolului se așază pata între două bucăți de hîrtie sugativă (una dedesubt și alta deasupra) și se trece peste hîrtie cu o mașină de călcat fierbinte. Se repetă operația pînă sugativa rămîne curată. Cearcănele se șterg cu naftalină.

Petele de rugină:

— de pe lenjeria albă se scot așezînd o felie de lămîie groasă de 1/2 cm așezată între două pete de rugină (una deasupra, alta dedesubt). Se așază deasupra o pastă și se apasă cu un fier de călcat foarte cald. Se repetă operația pînă ce petele dispar complet;

— de pe lenjeria colorată se scot cu o soluție saturată de acid boric cu care se freacă bine pata. Se limpezește bine locul cu multă apă.

Petele de pîrleală făcute cu fierul de călcat, dacă nu sînt prea arse, se înlătură cu puțină apă și cu sare fină, cu spirt denaturat sau cu apă oxigenată — o linguriță la un pahar de apă.

Petele de iarbă se scot spălînd locul cu apă caldă sărată (1 linguriță la un pahar de apă) și cu mult săpun.

ÎNTREȚINEREA ȘI PĂSTRAREA BLĂNURILOR ȘI HAINELOR DIN PIELE

Întreținerea blănurilor și a hainelor de piele cere o atenție deosebită, întrucît altfel se degradează repede.

Blănurile udate de ploaie sau zăpadă se scutură bine și se întind să se usuce, departe de căldură. Altfel pielea se întărește. Pentru înlăturarea prafului se bat blănurile cu o nuielușă, se perie părul cu o perie de haine, se șterg cu un burete muiat în apă rece și bine stors, trecîndu-l ușor pe deasupra părului. După ce se zvîntă, se șterge cu o cîrpă moale, uscată și se perie din nou. Blănurile cu părul lung se piaptănă din cînd în cînd cu un pieptene de metal.

Blănurile albe cu părul scurt se curăță cu o soluție făcută din 250 g praf de cretă, 50 g perhidrol și 1 l apă. Această soluție se întinde de pe părul blănii cu ajutorul unei perii din pai de mătură. După ce se usucă se freacă părul cu o perie, apoi blana se scutură cu o nuielușă. Blănurile albe se mai pot curăța frecîndu-le cu făină de grîu sau de cartofi. Operația se repetă pînă făina rămîne curată. Se scutură apoi blana pînă dispare orice urmă de făină. Blănurile nu se stropesc niciodată cu parfum deoarece le strică lustrul. Pentru parfumare se pune sub dublura blănii un săculeț cu levănțică sau cu o pudră mirositoare.

Hainele de piele se curăță cu benzină sau cu clăbuc rece de săpun alb. Se usucă bine cu o cîrpă, se ung cu o cremă limpede, apoi se lustruiesc cu o cîrpă moale.

Crema limpede se poate prepara și în casă astfel: se topesc în apă 40 g vaselină și 40 g ceară de albine. Cînd se ia de pe foc, se adaugă 20 g esență de terebentină.

Înainte de a se curăța se scot petele de pe haine.

Petele de grăsime, de cerneală, de fructe și de vin se scot cu un preparat făcut din 4 g clorură de potasiu topită în 60 g apă, în care se adaugă apoi 60 g acid clorhidric, 15 g esență de lămîie și 90 g alcool de 85°. Se păstrează închisă ermetic și se folosește numai la nevoie. Se aplică cu un tampon de piele pe pata respectivă. Hainele de piele, cînd nu sînt prea murdare se curăță bine cu albuș de ou bătut sau cu esență de terebentină.

VOPSIREA CHIMICĂ A FIBRELOR, ȚESĂTURILOR ȘI CONFECȚIILOR

Arta vopsitului sau a boiangeriei constă în colorarea sau vopsirea diferitelor confecții, țesături de fibre textile. Munca de colorare sau vopsire este o adevărată măiestrie pentru a obține diferite culori și nuanțe.

O bună colorare a unei fibre, țesături sau confecții necesită respectarea unei serii de reguli, valabile în general pentru orice fel de material.

De exemplu:

— se vor folosi coloranții corespunzători și în cantitatea indicată (după rețetă);

— coloranții se vor dizolva în puțină apă călduță și se vor strecura printr-un tifon dublu;

— vasul în care se efectuează vopsirea trebuie să fie larg cuprinzător, pentru ca materialul ce se colorează să poată fi întors cu ușurință;

— materialul să fie bine spălat, respectînd indicațiile date pentru fiecare fel de material (fibrele se pregătesc în sculuri larg legate, iar țesăturile și confecțiile se desfac bine).

Procedeul de lucru în general este asemănător pentru toate felurile de materiale, cu excepția folosirii substanțelor de reducere și fixare a coloranților, care variază după natura fibrelor.

Atît fibrele cît și țesăturile și confecțiile se vopsesc după aceleași procedee. Înainte de vopsire este necesar ca fibra, țesătura sau confecția să fie bine spălată, procedînd astfel:

— țesăturile, confecțiile și fibrele vegetale — bumbac, in, cînepă — se fierb timp de o oră cu sodă calcinată și cu săpun pastă;

— țesăturile, confecțiile și fibrele animale — lîna și mătasea naturală — se spală bine numai cu săpun pastă.

Și unele și altele se clătesc foarte bine în apă caldă pentru a se scoate soda și săpunul din ele. Înainte de vopsire se răcesc.

Nuanța culorii depinde în bună parte și de durata fierberii materialului în vopsea. De aceea este bine ca o dată cu materialul să se introducă în vopsea un eșantion din același material. Acesta se scoate din cînd în cînd din vopsea în timpul fiertului, se clătește și se usucă forțat (cu mașina de călcat sau la foc). După culoarea eșantionului uscat se stabilește nuanța dorită, deci inclusiv timpul de fierbere a materialului în vopsea. Se știe că materialul umed prezintă o nuanță mult mai închisă decît culoarea reală.

Iată cîteva rețete de vopsire, valabile pentru orice fel de material.

Pentru albastru. Cantitatea: 50 g vopsea — albastru de lînă — socotit pentru 100 g material, 5—6 l apă.

Se dizolvă bine vopseaua în circa 100 g apă caldă, la temperatura de 45—50°C, după care se adaugă treptat pînă la 1 l apă. Se strecoară și apoi se toarnă vopseaua în vasul cu apă fierbinte, pregătit în acest scop. După ce apa dă în clocot, se introduce materialul nestors, dar bine scurs și bine întins. Se fierbe timp de o oră amestecînd continuu materialul, astfel încît vopseaua să-l prindă omogen.

Pentru a obține o nuanță închisă se adaugă circa 10 g acid sulfuric diluat în apă rece, dacă se vopsește lînă, sau un pumn de sare dizolvată în puțină apă, dacă se vopsește bumbac.

După vopsire, materialul se scurge și apoi se spală bine cu apă rece.

Pentru fixarea colorantului se introduce materialul, după limpezire, într-o soluție de oțet foarte concentrată.

Materialul se usucă la umbră în loc bine aerisit.

Negru se obține cu colorantul negru de lină (negru direct), folosind aceleași cantități și același mod de lucru ca la albastru.

Culoarea roșie-purpurie o dă colorantul roșu de lină. Cantitățile și modul de lucru sînt asemănătoare cu cele descrise mai sus.

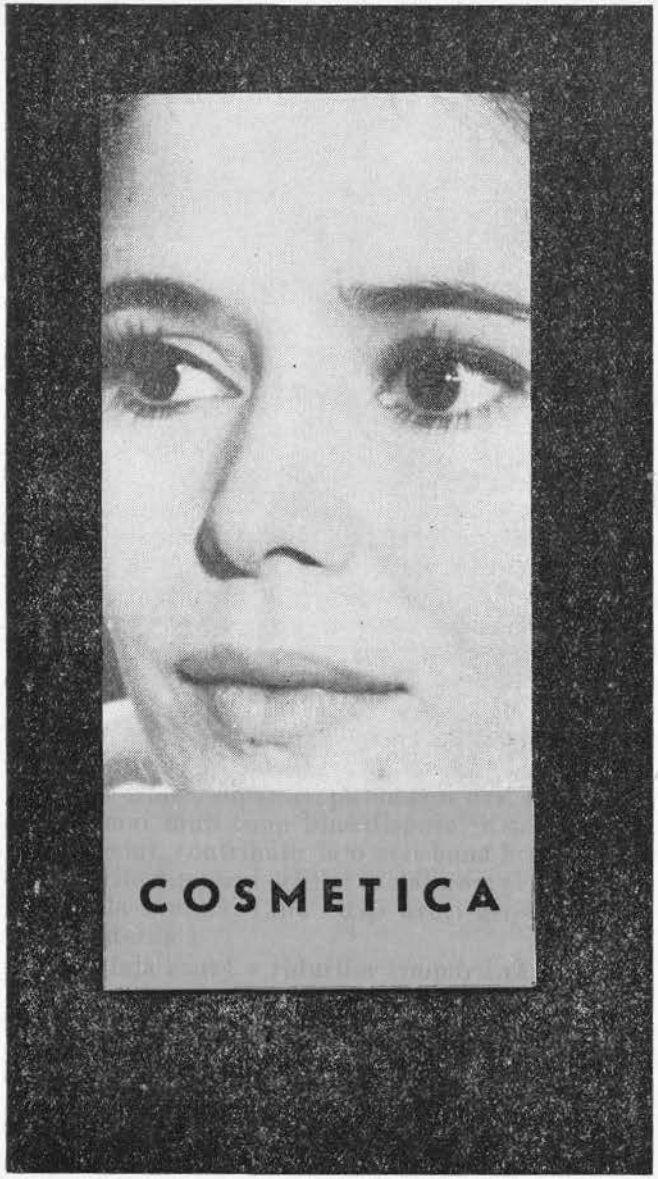
Culoarea gri se obține cu colorantul gri rezistent la lumină. Cantități: 50 g vopsea la 100 g material, 30 g sodă calcinată, 5—6 l apă.

Se dizolvă separat colorantul și soda calcinată în puțină apă călduță. Se toarnă pe rînd în vasul pregătit cu apă rece. Se amestecă bine și apoi se introduce materialul pregătit în prealabil (spălat). Se amestecă bine și continuu, începînd de la rece și pînă la fierbere cînd se adaugă un pumn de sare. După aceea se lasă să mai dea cîteva clocote. În total operația trebuie să dureze circa o oră. Apoi se scoate materialul, se scurge și se limpezește bine cu apă rece.

Fixarea colorantului se face cu 50 g „Sintefix" sau „Colorfix" (preparate ce se găsesc în comerț) și acid acetic (oțet) în 3—4 l de apă.

Fixarea se poate face și numai cu acid acetic — 800 g la cantitatea de apă menționată. După fixare nu se mai spală materialul, ci se usucă nestors și la umbră.

Țesăturile și confecțiile din tergal, relon, perlon etc. cer condiții speciale de temperatură și produse chimice, cerințe care se realizează mai greu în gospodărie. Pentru acest motiv ele se colorează în vopsitorii speciale.



FRUMUSEȚEA OBRAZULUI DUMNEAVOASTRĂ

Preveniți ridurile. Care femeie nu-și dorește un obraz cu piele albă, netedă și catifelată? Sînt atîtea cauze însă care duc la ridarea tenului sau fac să se adîncească repede cutele de pe frunte! Să enumerăm cîteva: căldura, umiditatea, frigul excesiv, trecerea bruscă de la o temperatură la alta etc. Toate duc la formarea ridurilor indiferent de primăverile sau toamnele noastre... Stările de încordare, de supărare ori continuă tensiune duc la îmbătrînirea obrazului. Cînd discutați cu cineva nu este nevoie să vă încruntați, să vă enervați. Tonul calm vă va impune o mimică blajină. Se întîmplă uneori să fiți necăjite sau nervoase, să aveți o stare sufletească depresivă. În astfel de cazuri, acționează 60 de mușchi care fără să doriți vor săpa urmele supărării pe obrazul dvs. Din contra încercați să fiți mai mult timp bine dispuse, rîsul activează circulația sîngelui, contribuie la o mai bună hrănire a pielii.

Ridurile din jurul ochilor se datoresc și felului în care dvs. priviți la lumină. Cînd citiți aveți grijă să nu fie lumina prea puternică.

Esențiala cauză a ridurilor timpurii rămîne însă lipsa de îngrijire sau îngrijirea prost înțeleasă a tenului.

Persoanele cu ten uscat vor trebui să evite, pe cît posibil, folosirea de săpun, apă caldă, soluții astringente, alcoolice. Folosiți-le numai dacă aveți tenul gras, cu pori dilatați, dar în acest caz evitați pe cît posibil glicerina concentrată.

Cremele cu săruri de bismut sau mercur albesc obrazul dar după o vreme îl ridează și-l ofilesc. Pregătiți-vă singure cel puțin o dată pe lună o baie de mușețel, ungeți-vă peste zi obrazul cu creme hrănitoare, folosiți măști din gălbenuș de ou (pentru ten slab) sau din albuș (pentru ten gras).

Și încă un sfat: nu folosiți prea de timpuriu fardul. Lăsați pe mai tîrziu, după ce ați împlinit 30 de ani, cutia de pudră, rujul, pentru că acestea influențează ridarea tenului.

Nu uitați de asemenea că pentru păstrarea frumusețiii obrazului dvs. este necesar să vă bucurați și de o excelentă sănătate.

Pistruii. Cîte femei nu au iarna ten frumos de un alb imaculat, cărora după primele zile cu soare și vînt de primăvară le apar pe față sumedenie de pistrui. Cauza apariției pistruilor este felul diferit în care se pigmentează pielea. Pistruii, petele de soare în general, nu trebuie confundate cu pistruii pe care îi capătă uneori gravidele sau cu petele ce apar pe fața bolnavilor de ficat. În astfel de cazuri consultul medicului specialist este obligatoriu.

Deși nu prea greu de făcut, tratamentul pistruilor nu dă întotdeauna cele mai bune rezultate. În orice caz, o primă măsură este ca în timpul muncilor la cîmp sau al expunerii la soare să se poarte pălării cu boruri largi și să se folosească unele creme protectoare. Cea mai bună este alifia obișnuită cu care ne dăm în fiecare zi și care are proprietatea de a decolora pielea în locurile pigmentate.

Dacă pistruii apar de mai mulți ani — timp în care nu ați făcut nici un fel de tratament — folosiți seara o loțiune care albește și pe care v-o puteți prepara singure astfel: amestecați un sfert de pahar de oțet de masă cu o lingură de alcool (pentru tenul gras 2—3 linguri), zeama de la două lămîi, două linguriță de apă oxigenată și 20—30 picături de glicerină. Cu acest amestec ștergeți obrazul insistînd pe locurile pigmentate. De asemenea, poate fi folosită o mască din iaurt proaspăt ce se ține 3—6 minute după care fața se spală cu apă caldă și săpun. În comerț există loțiunea „Original" produsă special pentru tratamentul pistruilor. De asemenea, pot fi folosite cremele: Maria, Floare de munte, Oxigen borax. Aveți grijă ca nici unul din produsele folosite contra pistruilor să nu fie aplicat și pe pleoape sau în jurul ochilor.

Deseori, fetele tinere folosesc pentru albirea tenului cutaniol sau alifii cu alte destinații farmaceutice. Acestea dau temporar rezultate dar, predispun la apariția timpurie a ridurilor.

De altfel, tratamentele făcute din proprie inițiativă, fără consultul specialistului, vor dăuna sănătății tenului.

Retușul. Aveți ochi mari, frumoși, expresivi, ovalul feței plăcut. Și totuși... cînd vă priviți în oglindă nu sînteți mulțumită.

Vă împărtășim cîteva secrete prin care micile defecte se pot ușor retușa păstrînd pe cît posibil frumusețea naturală.

Învățați în primul rînd să vă fardați.

Și iată cum: pe un ten măsliniu nu folosiți o nuanță de pudră deschisă spre alb. Mai indicată este culoarea ocru sau roz. Pe obraz nu aplicați roșu decît dacă aveți un ten palid-vinețiu. Dacă ovalul feței vă este prelung fardul va fi aplicat în triunghiu cu baza de la tîmplă spre nas.

Cînd linia obrazului este mai rotunjită fardul se aplică pe pomeți imediat sub ochi și aproape spre nas pentru a da lungimea feței. Culoarea fardului se alege după culoarea pielii și a ochilor. La un obraz alb se vor folosi nuanțe de roșu ușor și de roz.

Persoanele cu obraz oval vor păstra pe cît posibil conturul natural al buzelor. Dacă linia obrazului este lărgită la bază se vor depăși intenționat contururile. Fără să exagerăm, cu ajutorul rujului, vom retușa buzele groase și le vom mări pe cele subțiri.

Fardîndu-ne ușor, cu măsură și discreție, vom avea totdeauna o notă de frumusețe firească.

PLANTELE ÎN SLUJBA FRUMUSEȚII

Ideea folosirii plantelor pentru înfrumusețare nu este nouă. Pentru desăvîrșirea frumusețiii obrazului, femeile le-au întrebuințat în toate timpurile. Pentru îngrijirea părului, indienii americani preparau, în trecut, anumite șampoane folosind seva plantelor numite Yuocca. În antichitate egiptenii foloseau, pe lîngă multe alte produse de înfrumusețare, și praful de *iris* (rădăcina de stînjenel). Cosmetica folosește astăzi în mod curent acest produs. Fructele au fost și sînt de asemenea folosite în scopuri cosmetice.

Calitățile cosmetice ale sucului de căpșuni, castravete, lămîie și portocală sînt bine cunoscute.

Pentru obținerea unui strat suplu și catifelat al epidermei sînt suficiente cîteva piersici coapte, caise sau căpșuni aplicate pe obraz. În cazul unor pori dilatați, tot prin acest procedeu se obțin rezultate mulțumitoare.

Masca de piersici strînge porii, luminează fața și este suportată de orice fel de piele.

În cazuri de acnee sau puncte negre este recomandat sucul de roșii.

Persoanele cu tenuri deshidratate pot folosi cu succes masca de pepene galben sau verde care se așază pe față amestecat cu smîntînă sau caimac proaspăt.

Chiar și ca demachiant se pot folosi cu mult succes fructele. Pentru îndepărtarea fardului după spălare cu un săpun emolient se strivește pe obraz o fructă, ca: struguri, fragi, căpșuni. Partea cărnoasă a fructului se lasă în contact cu epiderma timp de 10—15 minute, apoi se clătește obrazul cu lapte nefiert, după care se spală cu apă de roze. Epiderma tratată astfel devine suplă, iar porii se închid.

Curățirea tenului se poate face perfect folosind felii de castraveți. Masca de castraveți poate fi folosită pe toate tenurile. Pentru aceasta se rade fructul și se amestecă cu talc pentru consistență.

Masca de morcov, bogată în caroten, previne ridurile și revitaminizează pielea. Ea se prepară răzînd morcovii și amestecîndu-i cu smîntînă.

Din partea cărnoasă a fructelor sau a petalelor de flori se pot alcătui măști cosmetice care dau rezultate excelente în menținerea frumuseții.

Astfel gutuile, care conțin acid malic, pot fi folosite pentru tenul gras.

Pentru tenul uscat sau normal pot fi folosite cu succes măștile din gălbenuș de ou amestecat cu zeamă de portocale.

Pentru tenurile sensibile o mască de căpșune, 3—4 fructe, amestecate cu 2 linguri de smîntînă proaspătă, dau o mască emolientă care calmează tenul și îl catifelează.

Dimineața, după spălare, fața poate fi împrospătată cu o loțiune răcoritoare din: suc de castraveți, suc de roșii cca. 20 g, apă distilată 50 g, alcool mentolat 20 g.

Aproximativ de 2 ori pe lună se poate folosi o mască din: gălbenuș de ou amestecat cu o lingură de mere rase, la care se pot adăuga cîteva picături de zeamă de lămîie sau suc de roșii.

Printre plantele care se găsesc la magazinele de plante medicinale sau la farmacii sînt unele care se pot folosi cu scopul de înfrumusețare.

Pentru ridurile gîtului, ale obrazului și pentru cearcănele din jurul ochilor se recomandă aplicarea zilnic a unor comprese cu ceai rece de flori de nalbă de cultură (*Malva glabra*) timp de 20—30 de minute.

Tenurile iritate se pot trata prin aplicarea, o dată sau de două ori pe zi, timp de 15—20 minute, a unei comprese cu ceai rece de mușețel.

Pentru îngrijirea părului și stimularea creșterii lui se recomandă a se amesteca frunze de mesteacăn, frunze de urzică, rădăcină de brusture, rădăcini de săpunariță, flori de levănțică, coajă de salcie în cantități egale, precum și flori de mușețel și muguri de plop în cantități mai mici. Din acest amestec se iau aproximativ 3 pumni și se fierb în 2 litri de apă, adăugîndu-se eventual 2 linguri de oțet. Această apă servește la clătirea părului, recomandîndu-se totodată fricționarea puternică a pielii capului.

Pentru îndepărtarea prafului care se depune pe marginea pleoapelor, ochii trebuie spălați zilnic cu ceai de mușețel care previne inflamațiile.

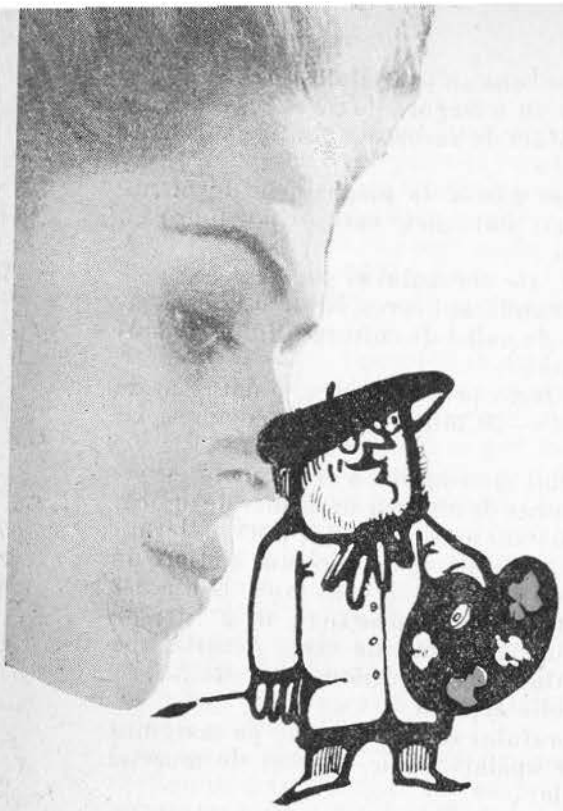
Împotriva umflării pleoapelor se recomandă spălături cu apă de albăstrele.

Aceste cîteva indicații cosmetice pot fi aplicate cu mult succes și fără cheltuieli deosebite.

Cîteva sfaturi practice

Cunoscutele flori de mușețel sînt folosite în cosmetică pentru băile de abur ce curață tenul și pentru colorarea părului. Acesta se clătește cu o infuzie formată din 3 părți apă și 1 parte mușețel și se leagă cu o basma.

— Se fierb la foc slab 100 g de nuci verzi, tăiate mărunt, într-un litru de apă. Cînd lichidul scade pînă la 1/4, se ia vasul de pe foc și se acoperă. Spălat cu această apă, părul capătă o culoare frumoasă, de castaniu strălucitor.



— Infuzia de flori de sunătoare vindecă iritațiile tenului. Aceleași flori culese proaspete și puse la macerat în ulei vegetal dau acestuia proprietăți mărite de a hrăni tenul uscat.

— Infuzia de flori de albăstrele se folosește la pregătirea măștilor indicate persoanelor ce au ten cu pori dilatați.

Alegerea și folosirea fardurilor

Fardurile sînt preparate cosmetice folosite pentru a ascunde unele imperfecțiuni ale figurii sau a accentua trăsăturile șterse ale feței.

Fardarea discretă este necesară, atunci cînd fardurile sînt folosite în scopul de a acoperi lipsurile estetice. Aplicarea irațională a fardurilor dă figurii o notă de vulgaritate.

Fardurile trebuie alese astfel încît să fie în ton cu culoarea tenului. Nu se aplică rimel negru la o figură blondă. Fardul de ten fluid trebuie să fie culoarea corespunzătoare tenului. Gri-rozul se recomandă la un ten brun, Rachel la un ten blond, iar ocru la un ten normal.

Fondurile de culoare prea închisă aplicate la un ten cu o piele albă, îi dă o nuanță de asprime.

La înfrumusețarea tenului și la mascarea unor imperfecțiuni se folosesc preparate pentru machiere care sînt: fondul de ten fluid, pudrele de toaletă.

Fondul de ten fluid este o cremă colorată ce se aplică pe față, într-un strat subțire, dîndu-i nuanța dorită. În același timp el pătrunde în piele fiind un bun emolient și hrănitor.

Pentru apărarea tenului împotriva intemperiilor, pentru acoperirea unor mici defecte, se folosesc pudrele de toaletă care sînt pulberi și presate.

Pudrele de toaletă sub formă de pulberi sînt pudra Carmen folosită la un ten uscat și normal și pudrele Pompeia și Mariana ce se folosesc la un tenul gras.

Pudra compactă Carmen se poate folosi la orice ten. Pudra Opera însă numai pentru ten gras.

Rimelul Femina se utilizează pentru culoarea genelor, care se aplică cu o periuță pornind de la rădăcina genei.

Înainte de culcare, se recomandă ca preparatele de machiere a tenului să fie îndepărtate.

Creionul dermatograf este folosit la conturul și accentuarea sprîncenelor.

Buzele se fardează și se întreține cu roșul de buze, care pune în valoare conturul lor și strălucirea dinților.

Roșul de buze Magnolia este un roșu gras, iar Sanda este gras și semigras, iar roșul M. Gilbert, Mariana și Scampolo sînt semigrase.

ÎNGRIJIREA PĂRULUI

Folosirea preparatelor cosmetice. Pentru ca un tratament cosmetic să fie eficace, pielea trebuie demachiată zilnic de farduri și impurități (praf, transpirație, celule moarte etc.). Curățirea rapidă și în bune condiții a feței se face cu laptele Doina ADF, care poate fi folosit de persoane cu orice tip de ten (normal, gras, uscat). Laptele Doina poate fi folosit și la demachierea buzelor și ochilor. Prin conținutul de substanțe active și vitaminele ADF, este un preparat care acționează nu numai ca demachiant, ci hrănește și catifelează pielea. Modul de folosire este simplu: se îmbibă un tampon de vată cu lapte Doina și se șterge fața. Mișcările în timpul demachierii se vor face de jos în sus, dinspre bărbie spre tîmple.

Catifelarea, înlăturarea ridurilor și regenerarea epidermei se fac prin aplicarea pe ten, după spălare și demachiere, a unei creme hrănitoare.

Întreținerea unui ten gras se face cu crema Catizelin,ce conține uleiul de avocade, care activează respirația normală a celulelor și hidratarea lor.

Regenerarea epidermei, menținerea tenului fraged și catifelat la persoanele cu ten uscat se fac cu crema Nectin, care este bogată în conținut de proteine, lipide, glucide și conține în plus lăptișor de matcă.

O cremă cu stimulatori biologici complecși „Sanda" este un preparat cosmetic care, prin conținutul de vitamine și substanțe active, regenerează și întinerește pielea, menținînd-o și prelungindu-i vitalitatea. Se poate folosi de persoanele cu ten uscat sau normal. Pentru tenurile grase se va folosi numai local, în jurul ochilor și pe frunte.

Înainte de folosire, se demachiază tenul cu loțiunea Lora sau laptele Doina.

Crema Sanda fiind o cremă semigrasă se poate aplica pe ten și în timpul zilei ca suport pentru pudra dozată.

Creme grase care se folosesc la catifelarea și întreținerea tenurilor uscate și normale sînt: crema Magnolia, lanolina Diafan, Hormocith, A și B.

Crema Anca Antirid este o cremă semigrasă ce se poate folosi și de persoanele cu un ten gras, deoarece pătrunde în piele făcînd-o mată și moale.

Persoanele care au o funcționare anormală a glandelor sebacee, ceea ce produce și o supragresare a pielii, înfundarea porilor și puncte negre, iritații etc. vor folosi crema contra punctelor negre Sanda.

Îngrijirea părului constă în primul rînd în curățirea lui și a pielii capului prin spălarea regulată.

Spălarea părului se face cu șampoanele Extra, Savex sau Doză. Șamponul Extra este preparat în patru sortimente: cu ou se folosește de persoanele cu părul uscat sau normal pentru orice culoare; cu lapte este folosit de persoanele cu păr brun și pentru orice tip de păr; cu lanolină este folosit de persoanele cu păr brun și blond pentru orice tip de păr. Șamponul cu mușețel se folosește de persoanele cu păr blond, iar șamponul Savex de persoanele cu păr gras.

Pentru întărirea și hrănirea rădăcinii părului se recomandă loțiunea de păr Călin, care are și acțiunea de dezinfectare datorită ingredienților activi pe care îi conțin.

Tonicul de păr Călin poate fi folosit cu mult succes pentru combaterea mătreții.

Preparatele care se folosesc la colorarea părului sînt vopselele Tonal și Sanda, care dau părului nuanța dorită.

Loțiunile București și Capilon sînt folosite de bărbați în fricționarea pielii capului, curățind-o și în același timp dezinfectînd-o.

Loțiunea după bărbierit Călin, calmează pielea iritată de lamă, închide porii, înviorează și răcorește epiderma.

ÎNGRIJIREA MÎINILOR

Pielea mîinilor fiind expusă la diferențe de temperatură crapă, devine aspră și roșie. Preparatele destinate îngrijirii tenului pot fi folosite cu succes la îngrijirea mîinilor. Totuși glicerina, sub formă de soluție diluată, dă rezultatele cele mai bune, ca și crema Gelee Dermiar.

Înainte de culcare, mîinile trebuie să fie bine spălate cu apă și săpun și apoi unse cu aceste creme în care se adaugă cîteva picături de lămîie.

ÎNGRIJIREA PICIOARELOR

Nu numai tenul suferă de influența intemperiilor ci și picioarele care fiind expuse la soare, vînt sau frig devin aspre. Din lipsă de îngrijire, pielea picioarelor se usucă, formîndu-se la călcîie crăpături uneori destul de adînci și dureroase. Pentru a îndepărta aceste neajunsuri vom spăla în fiecare seară picioarele, cu apă caldă și săpun, le vom freca bine cu o perie aspră iar călcîiele cu piatră ponce care curăță bine pielea netezind-o.

Pentru o acționare mai intensă a sîngelui e bine ca după baia caldă, picioarele să fie clătite cu apă rece. În apa de spălare, se va adăuga o lingură de tinctură de iod, în cazul cînd crăpăturile din călcîie sînt prea adînci. După spălare, pielea picioarelor se șterge bine, apoi se masează ușor de la vîrful degetelor spre genunchi cu crema Cheratolitică.

Pielea crăpată de pe călcîie se unge bine cu cremă pentru picioare „Nivea" ce se găsește în comerț sau cu o cremă cu următoarea formulă: vaselină 8 g, lanolină 8 g, balsam de Peru 3 g, oxid de zinc 7 g, amidon 4 g.

Amîndouă cremele au acțiuni calmante și de vindecare a crăpăturilor care dau un aspect atît de urît picioarelor.

Picioarele astfel spălate și unse se încalță cu șosete, iar în timpul somnului, sub glezne, trebuie pusă o pătură strînsă în așa fel încît picioarele să fie așezate mai sus decît corpul.

APA, SĂPUNUL ȘI PARFUMUL

Nerespectarea regulilor de igienă care privesc alimentația, munca și odihna, recreația și curățenia corporală, se răsfrînge asupra organismului dîndu-i tulburări interne și externe. Prin curățenia corpului cu apă și săpun înainte de culcare, fortificăm pielea, dîndu-i un aspect sănătos, curat și frumos în același timp.

De aceea se recomandă mai întîi folosirea apei și săpunului pentru a elibera pielea de toxine care, o dată cu transpirația ce abundă porii pielii, dau un miros neplăcut și respingător. Și după aceea, cînd porii pielii pot respira în voie se poate aplica un parfum discret care va da o notă personală accentuînd caracterul persoanei.

Aplicarea parfumului nu se face decît după curățirea pielii cu apă și săpun, altfel nu-și mai are efectul dorit de a degaja un miros plăcut, ci dimpotrivă poate fi pentru cei din jur un miros respingător.

BIJUTERIILE

Cui nu-i plac bijuteriile? Cine nu-și amintește cu cît drag și-a așezat pe deget primul inel, cît a cîntărit pînă și-a ales prima bijuterie.

Purtate în diverse ocazii, la sărbători, bijuteriile dau o notă de eleganță, sînt frumoase.

Dar cum sînt alese și mai ales purtate — aceasta este încă o problemă ce merită discutată.

Pentru fetele tinere bijuteriile trebuie să fie discrete, cu motive florale eventual colorate.

Persoanele mai în vîrstă își pot permite să poarte o brățară mai lată, un inel gros, o broșă de un anume format!

Dacă îmbrăcați o rochie înflorată bijuteria așezată în piept își pierde valoarea. Pe o rochie într-o singură culoare sau pe un decolteu frumos, un șirag de perle, mărgele asortate dau o notă de eleganță persoanei.

Dacă purtați mărgele nu mai puteți însă să vă puneți și cercei sau brățară.

O broșă discret așezată pe reverul taiorului, cercei mici și eventual un inel iată ce puteți purta ca bijuterii în cele mai diverse ocazii.

Nu vă așezați pe o mînă ceasul, pe alta o brățară, doi piepteni pe cap și peste toate mărgele, inel, broșe. Oricîtă valoare ar avea fiecare dintre ele veți fi socotită o femeie fără gust.

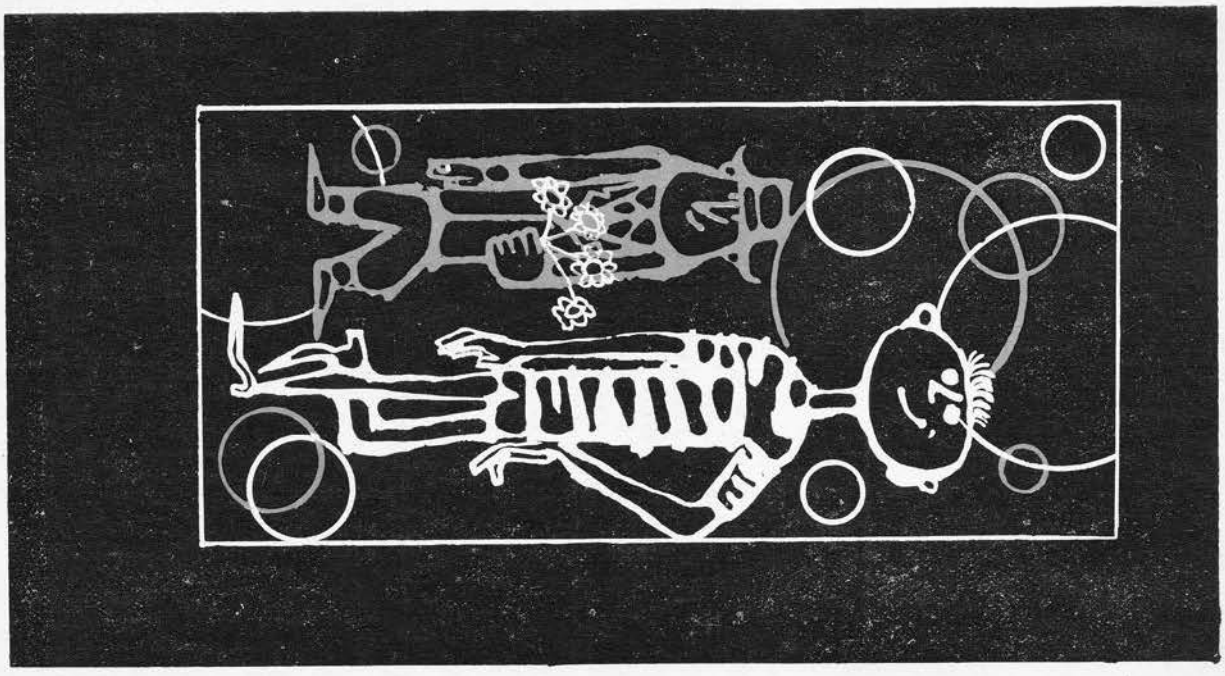
COAFURA

Pieptănătura are și ea regulile ei după ocazia în care mergeți, după rochia pe care o îmbrăcați.

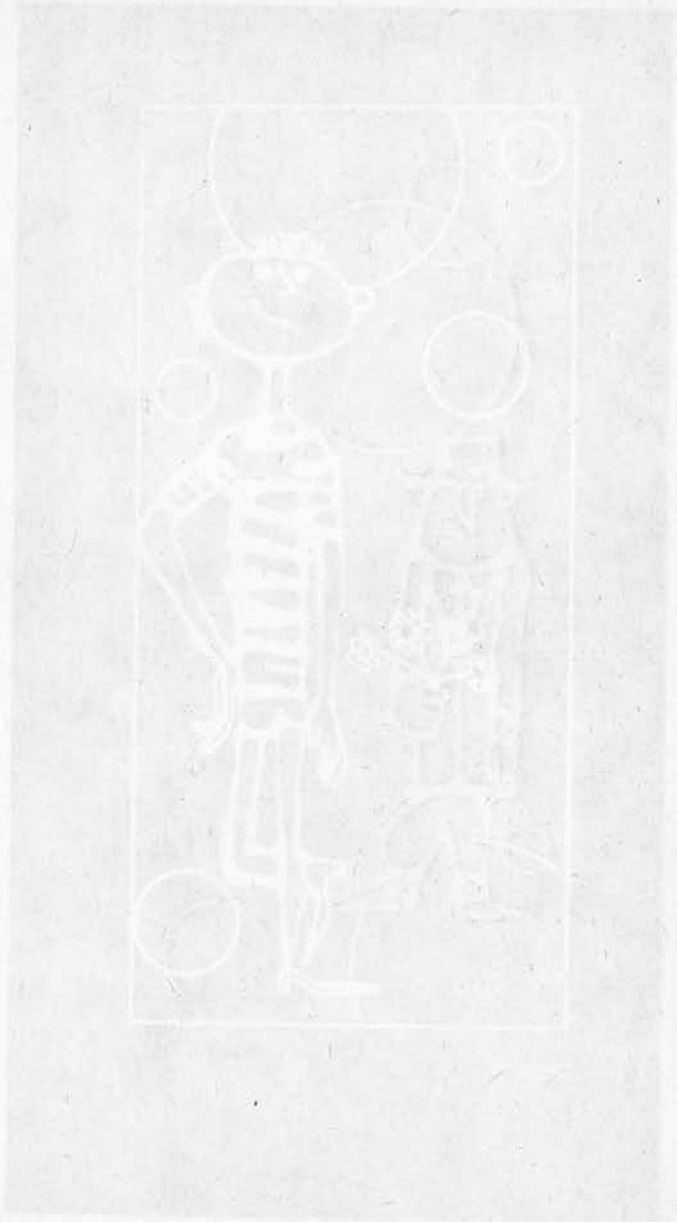
La un costum taior, coafura trebuie să fie strînsă în jurul capului în cozi, bucle sau coc. Cînd îmbrăcați o rochie decoltată puteți să aveți părul degajat eventual în bucle pe spate sau lăsat liber.

Aveți grijă ca pieptănătura să fie adaptată figurii dumneavoastră. Dacă aveți ovalul feței prelung, pieptănați-vă cu părul peste urechi, astfel încît să mijlocească rotunjimea obrazului. Persoanele cu frunte îngustă își vor face coafuri înalte ca și acelea care au linia obrazului turtit la bază.

Fetele tinere cu obraz palid și pometii ieșiți în afară vor evita coafurile strînse pe cap și-și vor adopta mai multă lejeritate în alegerea coafurii lor.



MAGAZIN



COPIII AU CRESCUT!

S-a îmbrăcat azi mai frumos ca niciodată, a întîrziat în fața oglinzii netezindu-și buclele blonde, a șușotit ceva cu fratele apoi a plecat gătită. Ați privit-o urcînd ulița și nu, n-ați greșit... Ați avut impresia că plutește. La început poate v-ați speriat (cînd a crescut?), apoi v-au prins zborurile copilăriei dumneavoastră. Vă seamănă în totul. Cu ochii albaștri, adînci, mlădie, în plină împlinire a vîrstei..

Dar băiatul!... L-ați auzit vorbind cu voce joasă, bărbătească. Era el, Ștefănuț, căruia îi cumpărați încă pînă mai ieri jucării, și el, peste puțin se va bărbieri ori va purta de mînă o fată sub liniștea luncii...

Copiii dumneavoastră nu mai sînt copii!...

De aici, din pragul adolescenței lor, priviți înapoi și cercetați totul în amănunt. Dacă ați știut să le faceți copilăria senină, dacă i-ați urcat cu atenție pe fiecare treaptă, este vremea să faceți ultima șlefuire netedă, durabilă și fără asperități.

...Sînt mulți părinți care cred că asigurînd copilului o alimentație corectă, apărîndu-l de îmbolnăviri, își achită total obligațiile. Dar de viața sufletească a lui cine răspunde?

Nu este indiferent pentru noi cei mari felul cum ne purtăm cu oamenii, cum vorbim cu ei. Copiii sînt oglinzile fidele ale vieții noastre de familie. Din primele luni nou-născutul trebuie să fie crescut într-o atmosferă de familie caldă, odihnitoare. Certurile, vorbirea cu voce înaltă, deschiderea apara-

tului de radio la maximum, zgomotele tari, dau copilului o stare de agitație, îi tulbură somnul și pofta de mîncare.

Nervozitatea aceasta se va reflecta în primele lui manifestări cu cei din jur, în special în jocurile cu copiii.

„Nu pot să-mi pierd timpul cu el, îi las biberonul cu lapte în pătuț, îi dau o jucărie pentru că eu am treburi" — spun uneori mamele. Dar ce înseamnă pierderea de timp cînd copilul care a început să pronunțe primele cuvinte se oprește din plîns dacă i se vorbește plăcut sau (mai tîrziu) ascultă vrăjit povestirea mamei.

Identificînd animale și păsări, după fotografii, copilul leagă apoi singur propoziții despre acestea.

Copiii cărora li se vorbește mult vor pronunța repede un mare număr de cuvinte și cît mai corect. Aici este bine să precizăm o gravă greșeală pe care o fac părinții fără să se gîndească la urmări. La început copiii pronunță cuvintele stîlcit, sar sunete, sau spun în loc de *r* — l etc. În loc să-i corecteze, frații, părinții, bunicii stîlcesc la fel cuvintele. Ba la un moment dat, influența vocabularului copilului se întîlnește în vorbirea celor mari. Vorbindu-li-se corect, pronunțînd clar cuvintele mai grele, corectîndu-i continuu, copilului i s-a format de la început, cu ajutorul părinților, o pronunție corectă sau în orice caz ușor de corectat.

Dar ce jucării le oferiți copiilor dumneavoastră? În primele luni mai ales, acestea trebuie să fie frumos colorate, din materiale ușoare, fără forme ascuțite, dure, în care copilul s-ar putea răni.

La vîrsta de 3—5 ani jucăriile vor trebui să dezvolte copilului dragostea pentru cunoaștere, pentru muncă. Cuburi, mașinuțe, animale cu care să-și imagineze poveștile ascultate, acestea sînt jucăriile vîrstei lor.

Alteori, în jocul lui, copilul construiește. Împreună cu alții își înalță construcții, își imaginează că sînt la lucru, în cîmp sau în pădure, că au plecat în călătorii.

Nu le stricați jocurile, umblați cu grijă pe lîngă cuburile așezate cu răbdare și migală care, cine știe, vor fi poate primele proiecte ale viitorilor ingineri constructori...

Am ascultat uneori plîngeri ale mamelor care zic așa: „Nu știu ce fel de copil mai am și eu, toată ziua citește", sau

„adună tot felul de gîngănii și-și face insectar" ori, „de l-aș lăsa să deseneze cît vrea el nu s-ar urni din casă". Ei bine, la 7 sau la 10 ani trebuie să înțelegeți că fetița sau băiatul dumneavoastră au pasiuni. Încurajați-i, ajutați-i cu tact și înțelegere pentru că ei vor fi viitorii pictori și biologi, ingineri sau scriitori cu care se va mîndri toată țara.

...Și acum, din pragul adolescenței, priviți ținîndu-vă de mînă copiii! Și dacă i-ați învățat să muncească și să respecte munca, dacă i-ați făcut să înțeleagă ce-i omenia, nu conteniți o clipă să-i dirijați cu răbdare pe adolescenții dumneavoastră și veți fi mîndri că ați crescut OAMENI.

BALOANE DE SĂPUN

Sînt prieten cu toți băieții din clasa mea. Dar mai prieten și mai prieten sînt cu Luță. Care Luță? Luță, al brigadierului, al vecinului, Luță, verișorul meu. Amîndoi am fost la grădiniță, amîndoi am stat în bancă de cînd ne-am dus în clasa I. Am stat, pentru că acum, după vacanța de iarnă nu mai stăm.

Nu mai stăm de cînd mama s-a certat cu tușa Filica. Zicea că tușa Filica a desfăcut dinadins o ulucă din gardul nostru să aibă pe unde intra Grivei la noi, să-l muște pe Ursei.

Tușa Filica zicea că mama a desprins-o ca să treacă la primăvară rațele în grădina noastră să mănînce lucerna.

Tata și nenea Andrei n-au fost acasă și mama s-a certat mult cu tușa Filica și tușa Filica cu mama. A doua zi a venit tușa Filica la școală și a rugat-o pe tovarășa învățătoare să-l mute pe Luță din banca mea.

„Să-l mutați la fereastră, nu prea vede bine", zicea mama lui despre Luță. S-a mutat. Cînd am ieșit în recreație Luță și-a potrivit praștia și a ochit ultima crenguță din plop. Piatra a tras la fix.

De atunci eu tot sînt prieten cu Luță și ne jucăm împreună. Dar nu știe nici mama, nici tușa Filica. Ne jucăm în grădină la noi ori la el. Ferim uluca pe care, secret, eu am desprins-o astă vară, cu o piatră, și ne jucăm.

Facem baloane de săpun și le suflăm prin ulucă unul la celălalt. Altădată ne citim lecțiile din abecedar, tot acolo. Luță citește mai bine decît mine. De trei zile însă, Luță nu mai vine la școală. A răcit și stă bolnav în pat. Cînd vin de

la școală eu zăbovesc pe lîngă casa lui. Este legat la frunte cu o compresă.

— Ce-avem la abecedar, Onele? mă strigă el.

Îi fac semn și vine la uluca din grădină. Vine în pijama, friguros. Îi arăt lecția din abecedar, i-o și citesc o dată, îi spun socotelile.

Mă vede mama.

— Ce faci acolo Onele?

Fugim amîndoi. Mă ceartă mult.

— Lasă-l să rămînă în urmă. Dacă l-o ține mult răceala poate rămîne repetent și iei tu premiul I, n-ai atîta ambiție?

Eu am ambiție dar, cum să rămînă Luță repetent?

Nu-i el cel mai bun prieten al meu?

CÎND PRIMIȚI OASPEȚI

V-ați mutat în casă nouă, se logodește fiul sau fiica dumneavoastră, aveți o aniversare în familie, petreceți o zi de sărbătoare, un revelion; în toate aceste ocazii gospodina trebuie să fie pregătită pentru primirea invitaților. În astfel de sărbători grija trebuie să fie înainte de toate aceea de a face în așa fel încît musafirii să se simtă foarte bine.

Cum să faceți aceasta? Foarte simplu: mai întîi gîndiți-vă pe cine doriți să invitați și procedați în așa fel încît să nu uitați pe cele mai apropiate rude sau buni prieteni. Evitați totuși aglomerația. Cu cîteva zile înainte începeți pregătirile. Stabiliți ce băuturi vor fi consumate. Pregătiți apoi torturi, cozonaci, fursecuri. Cumpărați din vreme măsline, sardele, muștar și alte alimente trebuincioase la pregătirea gustărilor. Nu uitați mărunțișurile: șervețele, scobitori, păhărușele pentru țuică.

După obișnuita curățenie în camerele de primire, socotiți ce mobile pot fi eventual mutate din acestea pentru a fi cît mai mult spațiu.

Cu două zile înainte verificați fețele de masă, spălați vesela, tacîmurile, paharele.

În ajun pregătiți maioneza pentru salată, pe care o păstrați la rece într-un borcan acoperită cu puțin ulei. Dacă este posibil, pîinea pregătiți-o în aceeași zi. Apa minerală și sifoanele se cumpără în aceeași zi.

La intrare așezați un cuier pe care oaspeții își vor așeza hainele. Acoperiți masa cu o față albă și pentru a-i da

un aspect sărbătoresc puneți pe ea flori sau crenguțe de brad.

Dacă petrecerea va fi cu dans aveți grijă să luați covoarele înainte de sosirea oaspeților.

Cele mai multe dintre preparate se vor servi ca aperitive fără furculițe; sandviciuri cu pateu de ficat, caşcaval, sardele etc.

Dacă aveți și preparate ce trebuie servite cu furculița așezați pe mese farfurii și tacîmuri în acest scop. Din loc în loc puneți pe masă cupe cu măsline, fructe, șervețele.

Și acuma buna dispoziție a oaspeților este dirijată după cea a gazdei. Ea este aceea care trebuie să creeze o atmosferă plăcută, să fie veselă, atentă deopotrivă cu toți invitații.

Aveți grijă ca muzica să fie bine aleasă pe gustul tuturor; dansuri noi moderne dar și lente.

Luminatul este încă o problemă deosebită. Mai multe lămpi cu lumină slabă sînt de perferat iluminatului prea puternic.

Primindu-i astfel oaspeții dumneavoastră vor putea petrece plăcut, se vor simți bine.

MERGEȚI ÎN VIZITĂ?

Aveți grijă să sosiți la ora anunțată. Nu vă lăsați așteptat dar nici nu întîrziați! Duceți cu dumneavoastră un buchet de flori bine alese, sau un cadou pe care-l veți alege după calitatea pe care o aveți față de gazdă și după vîrsta acesteia.

Ciocăniți la intrare și după aceea dați gazdei florile sau cadoul adus. Vă salutați întîi cu gazda și numai după aceea cu eventualii musafiri. Dacă sînteți invitat la masă aveți grijă să începeți a mînca numai după ce a făcut acest lucru gazda. Serviți-vă de tacîmuri, nu vorbiți în timp ce aveți mîncare în gură. Nu rîdeți cu prea mult zgomot, evitați să începeți discuții la care ceilalți musafiri nu s-ar putea antrena.

La plecare luați-vă rămas bun întîi de la gazdă, după aceea de la cel mai vîrstnic musafir ș.a.m.d.

Străduiți-vă să invitați cît mai curînd la rîndul dumneavoastră pe fosta gazdă în vizită!

O ZI DE ODIHNĂ COLECTIVĂ

O zi de odihnă colectivă se poate petrece oricînd pentru că fiecare anotimp are farmecul și frumusețea lui. Organizînd o excursie în întreprinderi sau participînd la excursiile de sfîrșit de săptămînă organizate de O.N.T. „Carpați", ne putem petrece timpul liber în mod agreabil și totodată dăm organismului posibilitatea de a se reface după o săptămînă de muncă.

Indiferent de mijlocul folosit excursiile de o zi, două sau chiar mai lungi oferă o recreație activă, bogată în aspecte noi — peisaje și oameni — care prin variația lor te odihnesc. Cu acest prilej se leagă multe prietenii noi care ne umplu viața și ne face să așteptăm cu nerăbdare sfîrșitul săptămînii.

În asemenea împrejurări se cere o atenție deosebită pentru echipamentul folosit, care trebuie să fie foarte sumar, ca număr de piese, dar adecvat anotimpului și locului unde se petrece timpul. Pentru munte se vor folosi haine călduroase, potrivit cu anotimpul, iar la mare, în deltă, sau în regiunile de cîmp, unde se merge în genere vara, se va folosi un echipament ușor și foarte sumar.

Cît privește hrana, aceasta se asigură de obicei la locul de cazare, unde se servește hrană caldă și se mai completează cu hrana rece. Aceasta din urmă trebuie să cuprindă alimente proaspete, fără sosuri și bine ambalate. Se evită conservele de pește, mezelurile proaspete și fripturile.

Se recomandă: brînzeturi, unt, afumături, mezeluri uscate, biscuiți, gemuri, fructe și zahăr. Ca băuturi se vor prefera apa, sucurile și apele minerale, iar băuturile alcoolice se vor consuma rațional și numai la mesele calde. Folosind diverse prilejuri se pot petrece frumos ceasuri și chiar zile întregi în colective mai largi sau mai restrînse, realizîndu-se astfel momente plăcute de odihnă colectivă.

SFATURI PRACTICE:

Cînd aveți oaspeți și doriți ca masa să fie deosebit aranjată împodobiți paharele cu „zăpadă". Pentru aceasta pregătiți pe o farfurie un sirop din 4—5 linguriță de zahăr și tot atîta apă. După ce s-a răcit puțin introduceți paharele cu gura în jos în sirop aproximativ 1 cm și treceți-le imediat prin zahăr tos. Pentru ca zahărul să se cristalizeze pe pahar și să ia aspect de zăpadă, operația se face cu 1—2 ore înainte de întrebuințare. Cînd nu dispuneți de atîta timp pînă la sosirea musafirilor, folosiți în loc de sirop albuș de ou, care se usucă repede.

Cuprins

Căminul nostru 5

Cum să ne amenajăm camerele 7
Anexele gospodăriei 19
Balconul sau ceardacul 21
Lumina în locuință 21
Încălzirea 22
Perdele, covoare, ornamente 25
Igiena locuinței 29
Curățirea și scoaterea petelor de pe obiectele casnice 44
Stîrpirea insectelor 46
Măsuri de prevenire și prim ajutor în intoxicații și arsuri cu produse chimice 52

Legumicultura 55

Grădina de legume 57

Alegerea terenului și suprafața grădinii 58
Inventar și materiale 58
Planul de cultură și parcelarea grădinii 60
Pregătirea solului 61
Îngrășămintele 62
Înmulțirea legumelor 62
Lucrări de îngrijire a culturilor de legume 64
Cultura principalelor legume 66
Apărarea plantelor de frig 72
Combaterea bolilor și dăunătorilor 73
Cultura ciupercilor 73
Calendarul lucrărilor în grădina de legume 75

Pomicultura 77

Cultura pomilor pe lîngă casă 79

Alegerea speciilor și soiurilor 79
Așezarea pomilor și arbuștilor în grădină 81
Crearea unei grădini familiale 82
Îngrijirea pomilor și arbuștilor în primii ani după plantare 84
Combaterea bolilor și dăunătorilor 90
Recoltarea fructelor 91
Calendarul lucrărilor în livada de pomi 92

Viticultura 95

Cultura viței de vie 97

Stabilirea soiurilor ce urmează a se planta și modul de procurare a materialului săditor 98
Alegerea și pregătirea locului pentru plantare și tehnica plantării viței de vie 99

Lucrările de îngrijire a viei în primii ani după plantare 100
Diferite sisteme de tăieri și conducere a viței de vie în cultura înaltă 106
Protecția viței de vie contra bolilor și dăunătorilor.. 108
Recoltarea strugurilor 110

Floricultura 113

Floricultura în casă și grădină 115

Cîte ceva despre caracteristicile generale ale florilor 115
Înmulțirea plantelor floricole 117
Lucrările de îngrijire a culturilor 123
Bolile și dăunătorii plantelor floricole 125
Plantele floricole anuale 128
Plante agățătoare 138
Plante bienale 139
Plante vivace 142
Plante bulboase care rezistă iarna afară..... 143
Plante bulboase care nu rezistă iarna afară..... 145
Plante de apartament. 147

Creșterea animalelor 149

Pregătite din timp pentru fătare, vacile dau viței sănătoși și producții bune de lapte..... 151
O lactație bună se pregătește înainte de fătare printr-o hrănire bună 152
Să prevenim bolile la noi-născuți și animalele tinere 153
Cîteva sfaturi scurte privind creșterea păsărilor 159
Cîteva sfaturi scurte privind creșterea porcilor..... 163
Primul ajutor la îmbolnăvirea sau accidentarea animalelor 165
O metodă simplă dar foarte valoroasă: producerea nutreților verzi iarna 170
Prisaca 171
Cîteva date despre biologia albinelor 171
Recoltarea și păstrarea mierii 172
O metodă simplă de roire artificială 173
Îngrijirea familiilor de albine în perioada culesului mare 174
Stupăritul pastoral 175
Îngrijirea familiilor de albine în perioada de pregătire pentru iernare 176
Dezinfecția în stupină 177
Să creștem viermi de mătase 178
Despre condițiile de creștere 178
Stabilirea cantității de sămînță de viermi de mătase 179
Despre viața viermilor de mătase 179

Cîteva reguli de hrănire și îngrijire a viermilor de mătase 181
Creșterea iepurilor de casă 182

Alimentația rațională 185

Generalități 187
Meniuri de sezon 195
Cum se prepară o hrană gustoasă 201
Rețete culinare 201
Gustări reci 202
Gustări calde 208
Supe, ciorbe și borșuri 209
Mîncăruri proaspete din legume și carne 215
Fripturi 223
Preparate din ouă 228
Preparate din pește 229
Preparate din vînat 231
Preparate din carne de porc proaspăt tăiat 233
Prepararea și conservarea produselor lactate 234
Dulciuri 236
Preparate din aluat dospit 236
Preparate din aluat fraged 238
Preparate din f[de plăcintă 239
Preparate din p[duse făinoase 240
Budinci 242
Creme 244
Torturi 246
Înghețate 248
Prepararea dulceților 250
Șerbeturi 257
Jeleuri 258
Siropuri 259
Sucuri 260
Gemuri 260
Marmelade 260
Băuturi preparate în casă 261
Conserve din legume și fructe 266
Sănătatea copiilor noștri 285
Sarcina, prilej de „împlinire a femeii“ 301
Gripa și prevenirea ei 305
Tetanosul 306
Febra tifoidă — boala mîinilor murdare 308
Ce trebuie să știm despre hepatita epidemică 309
Alimentația dietetică în hipertensiunea arterială 311
Boli de rinichi, de ficat, ulcer 311

Croitoria de casă 315

Cum trebuie să ne îmbrăcăm 317
Alegerea modelului și a materialului 319
Cum să folosim un tipar practic 321
Confecționarea îmbrăcămintei 327
Îmbrăcămintea pentru femei 329
Ce lucrăm pentru soț 343
Ce putem coase pentru copii 346
Lenjeria pentru pat 351
Tricotaje 354
Spălarea, curățirea și scoaterea petelor de pe diferite obiecte de îmbrăcăminte 360
Întreținerea și păstrarea blănurilor și hainelor din piele 367
Vopsirea chimică a fibrelor, țesăturilor și confecțiilor 368

Cosmetică 371

Frumusețea obrazului dumneavoastră 373
Plantele în slujba frumuseții 375
Alegerea și folosirea fardurilor 378
Îngrijirea părului 379
Îngrijirea mîinilor 381
Îngrijirea picioarelor 381
Apa, săpunul, parfumul 382
Bijuteriile 382
Coafura 383
Copii au crescut! 387
Baloane de săpun 390
Cînd primiți oaspeți 392
Mergeți în vizită 394
O zi de odihnă colectivă 395
Sfaturi practice 396

Redactor responsabil : Ing. DUMITRESCU VALERIU
Tehnoredactor : TOMA ALEXANDRU

Dat la cules 15.09.1966. Bun de tipar 30.11.1966. Apărut 1966. Tiraj 95.000+140. Hîrtie semivel. de 63 g/m², ft. 16/54×84. Coli editoriale 25,50. Coli de tipar 25. A. 13.574. C.Z. pentru bibliotecile mari 64.01. C.Z. pentru bibliotecile mici 64.

Tiparul executat sub comanda nr. 60.606 la Combinatul Poligrafic „Casa Scînteii", Piața Scînteii nr. 1, București — Republica Socialistă România